

令和8年度版 活動プログラム集



青森県立梵珠少年自然の家

Bonju Outdoor Education Center for Children

目 次

活動種別	活動プログラム名	おすすめ対象学年（網掛）			ページ
		幼・1・2	3・4	5・6・中・高	
野外活動	歩く	アドベンチャービンゴ			1
		イニシアティブゲーム			3
		QRゲーム			5
		自然ふれあいハイク			7
	遊ぶ	ぼんじゅモルック			9
		梵珠ディスクゴルフ			11
		虫取り遊び			13
		ザリガニ釣り			15
		わんぱく原っぱ運動会（改訂）			17
		もりのぼうけん遊び			19
	灯す	ぐるぐる火起こし㊟★			21
		キャンプファイヤー㊟			23
		梵ファイヤー㊟			25
	感じる	暗闇ビンゴ（改訂）			27
		テント泊			29
	食べる	野外炊事（カレー）㊟			31
		野外炊事（豚汁）㊟★			33
		野外炊事（ホットサンド）㊟			35
野外炊事（ピザ）㊟				37	
野外炊事（流しそうめん）㊟				39	
棒パンづくり㊟（新規）				41	
冬季活動	歩く	スノーシューハイキング			43
		チューブそり遊び			45
	遊ぶ	スノーランド遊び			47
		雪上運動会			49
		雪灯籠づくり			51
	作る	雪のようせいづくり			53
		ぶんぶんアイス			55
屋内活動	遊ぶ	梵珠チャレンジ・ザ・ゲーム			57
		室内イニシアティブゲーム			59
		ぼんじゅ室内ペタンク			61
		ぼんチャレンジピック			63
	灯す	キャンドルサービス㊟			65
創作活動	飾る	焼板工作㊟★			67
		森のストラップ			69
		えんぴつストラップ			71
		竹のしおり★			73
		ぼんじゅ竹灯籠（改定）			75
		森からのプレゼント★（改定）			77
		金山焼★			79
		動物マグネット★			81
		プラバンストラップ			83
	遊ぶ	梵珠チャカボコけん玉★			85
		ブンブンごま			87
		梵珠ブーメラン			89
		ぼんじゅ独楽			91
		ぼんじゅひらひら凧★			93
まつぼっくりけんだま★			95		
バードコール			97		

※「★」は、今年度、料金の改定が伴うプログラムです。また「㊟」がつくのは、火を使うプログラムです。
 ※今年度廃止となった「ぼんじゅ里山トレイル」「もち焼体験」「鍋焼きうどん」については、実施できる場合がありますのでご相談ください。



アドベンチャービンゴ

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・グループで協力しながら活動することで、仲間意識を高めることができます。
- ・自然に親しみながら、課題を解決する楽しさを味わうことができます。
- ・困難なことを克服する喜びやその達成感を味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

2 活動の概要

起伏にとむ森林コースをサインに従って歩き、13の関門を回りながらビンゴゲームを楽しむ活動です。



〈つなわたりの様子〉

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 4月下旬～11月上旬
- (4)時間 3時間（説明30分+活動150分）
- (5)場所 自然の家活動エリア
- (6)経費 無料
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、カードホルダー、ビブス、指令書、用具一式（輪投げの輪・弓・矢・宝券） スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として自然の家に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール	1～2名。玄関前SG場から時差式でスタートさせる。ゴールの確認後、採点・集計を行う。
各関門担当者	数名。各関門の用具の設置・回収とともに、安全管理と活動の補助を行う。
パトロール	数名。コースを巡回し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手）について説明 ・スタート順とゴール後の待機場所について確認 ・鉛筆、カードホルダー、ピブス、指令書の貸出、配付 ・「指令書」の裏面ビンゴ表に、1～50の数字を書き入れる。 ※関門担当者はこの間に所定の関門へ移動し、用具等の準備をする。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・3～5分間隔の時間差でスタート（パトロール係は巡回指導） ※班数が多い場合：前後半同時スタートも可能（前半：①～⑤ 後半：⑥～⑬） ・各関門を回り、指令書にある以下の課題に挑戦する。 <ul style="list-style-type: none"> 関門②・④・⑤・⑥・⑫・⑬…ビンゴ数字を合わせよう。 関門①…『ムカデげた』に挑戦しよう。 関門③…『ジャンボ輪投げ』に挑戦しよう。 関門⑦…「1本橋コース」「よしつね坂コース」のどちらかに分かれて進もう。 関門⑧…班員が全員そろったら進もう。 関門⑨…『つなわたり』に挑戦しよう。 関門⑩…『宝券』をさがしたら『シューティング』に挑戦しよう。 関門⑪…「第0班、ヤッホー」と自然の家に向かってさげぼう。 ・全13関門をクリアしたらゴール ・全員のゴールを確認する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・指令書の回収、採点、集計、順位の発表 ・ビンゴの得点がグループの得点となる。 <ul style="list-style-type: none"> ○数字得点（10点）…ポイントにあるビンゴ数字とビンゴ表の数字で同じものがあれば○印をつける。 ○ライン得点（30点）…○印が縦、横、斜めに一列に並んだとき。 ※「FREE」も10点に数える。 ・ふりかえりと借用物品の返却（無線機は事務室へ返却）

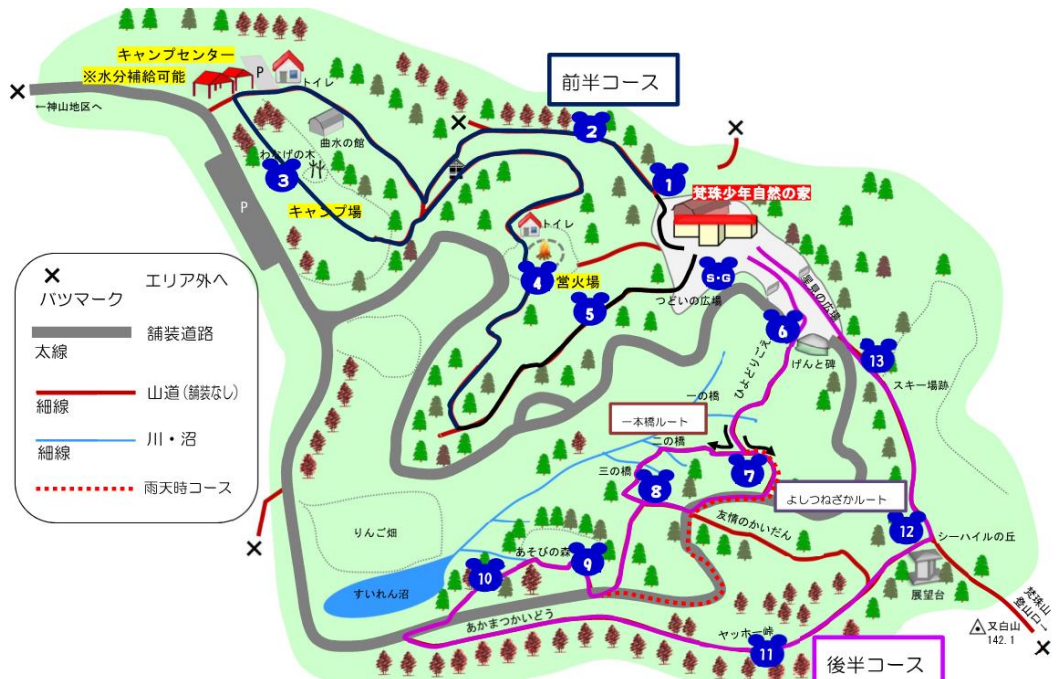
6 実施上の留意点

- ・当日、自然の家職員と引率者全員で、事前確認を行う。（ルール、担当者の役割など）
- ・参加者の健康状態を把握する。

7 安全に実施するためのポイント

- ・急斜面をロープで登り降りするので、軍手を必ず着用させる。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- ・危険な動植物（ヘビ・ハチ・ウルシ等）への対処方法について確認する。
- ・待機場所には必ず引率者が常駐し、安全管理を行う。

8 エリア地図





イニシアティブゲーム

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・グループで取り組むことによって仲間意識を高めることができます。
- ・グループ内での意思疎通を図り、協力する態度を養うことができます。
- ・課題を解決することでよろこびや満足感を味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 屋内プログラムなど

2 活動の概要

エリア内に設定された様々な課題をグループで協力しながら解決する活動です。それぞれの課題を解決することも大切ですが、むしろ、その課題に取り組む過程が重要です。

(1) 人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生

(3) 期間 4月下旬～11月

(4) 時間 2時間（説明30分＋活動90分）

(5) 場所 自然の家活動エリア

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<危険物処理班>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、カードホルダー、ピブス、ふりかえりカード、用具一式、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として自然の家に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール	1～2名。玄関前でグループのスタートとゴールの確認をする。
ポイント担当	5名。各ポイントで、課題の出題を行い、計時、安全管理、活動補助をする。
パトロール	数名。コースを巡回し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<ナビゲーション>



<日本列島>



<ラインナップ>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手）について説明 ・各グループに活動順番について説明
準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・鉛筆、カードホルダー、ピブス、ふりかえりカードの貸出、配付
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・各ポイントから活動順番に従って同時にスタート。 ・パトロール係は巡回指導 ・各ポイントで課題解決の方法を見つけ出す。（協力が大切！） ① 危険物処理班 ② ジャンボシーソー ③ 日本列島 ④ ナビゲーション ⑤ ラインナップ ・全員のゴールを確認する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり ・借用物品を返却（無線機は事務室へ返却）

6 実施上の留意点

- ・課題の目的やルールについて把握しておく。
- ・グループ内で課題に取り組む過程が重要なので、ポイント担当者は行き過ぎた助言などはしないようにする。ただし、危険と判断した際は活動を一旦中止させる。
- ・グループのレベルに合わせた内容の課題で行う。

7 安全に実施するためのポイント

- ・「ナビゲーション」では目隠しをしておいた活動となる。極度に不安を感じる参加者に対しては無理に実施させない。眼鏡をかけている参加者は、破損を防ぐため必ず外して活動する。
- ・「ラインナップ」では、道路側を向いて並ぶ。
- ・危険な動植物（ヘビ・ハチ・ウルシ等）への対処方法について確認する。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）

8 エリア地図





QRゲーム

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・グループで協力しながら活動することにより、仲間意識を高めます。
- ・タブレット端末を野外で使うことにより、端末の便利さや身近さを味わいます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 屋内プログラムなど

2 活動の概要

東・西の2コースから、実施するコースを選択し、それぞれ5カ所のCP(チェックポイント)の指令をQRコードから読み取り、グループで解決していくゲームです。

(1)人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2)対象 小学5年生～中学生・高校生

(3)期間 4月下旬～11月上旬

(4)時間 1.5～3時間

(説明・準備30分+活動60～120分)

(5)場所 自然の家活動エリア

(6)経費 無料

(7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明(直接または間接指導)を行う。



3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、運動しやすい服装
自然の家	タブレット端末、メモカード、鉛筆、マップ、ピプス、宝箱(金貨や宝石入り)スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー、無線機(8台まで)

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として自然の家に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール	1～2名。玄関前SG場から時差式でスタートさせる。
コース内	2～3名程度。コースを間違えそうなところに配置する。各グループ通過後は、無線で本部に連絡する。
パトロール	必要に応じて数名。コースを巡回し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手）について説明 ・タブレット端末、メモカード、鉛筆、マップ、クリップボード、ピブスの配付 ※CP担当者はこの間に所定の場所へ移動し、無線のチェック等をする。 ※宝物については自然の家職員があらかじめ設置する。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・3～5分間隔の時間差でスタート（パトロール係は巡回指導） ※班数が多い場合：東・西コース同時スタートも可能。 ※2回（東・西コース）やるので、出発の順番を変えることが望ましい。 ・各CPを回り、タブレット端末で QR コードから指令を読み取り、写真を撮ったり、「宝物ヒントワード」をメモしたりする。 ・CP5カ所を回り終わったら、本部（ゴール）担当者に写真を見せて採点してもらう。 ※担当者は各写真を10点満点（合計50点満点）で採点する。 ・宝物ヒントワードを元に宝探しをする。 ※宝物を見つけても他の班にばれないよう、大きな声で喜んだり騒いだりしないようにする。 ※どうしても宝物を見つけられないでいる班には、ヒント等を与える。 ・宝箱を1つだけ選んで本部（ゴール）担当者に鍵を開けてもらい、中の宝物の得点を計算する。 ※宝箱の中身によって得点が違う（宝石20P、金貨10P、銀貨5P、石や木0点）ので、その得点を集計させて、カードに記入する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・メモカードの回収、採点、集計、順位の発表など ※各班で、得点を集計させて順位を決める。 ・ふりかえり、借用物品を返却（無線機は事務室へ返却）

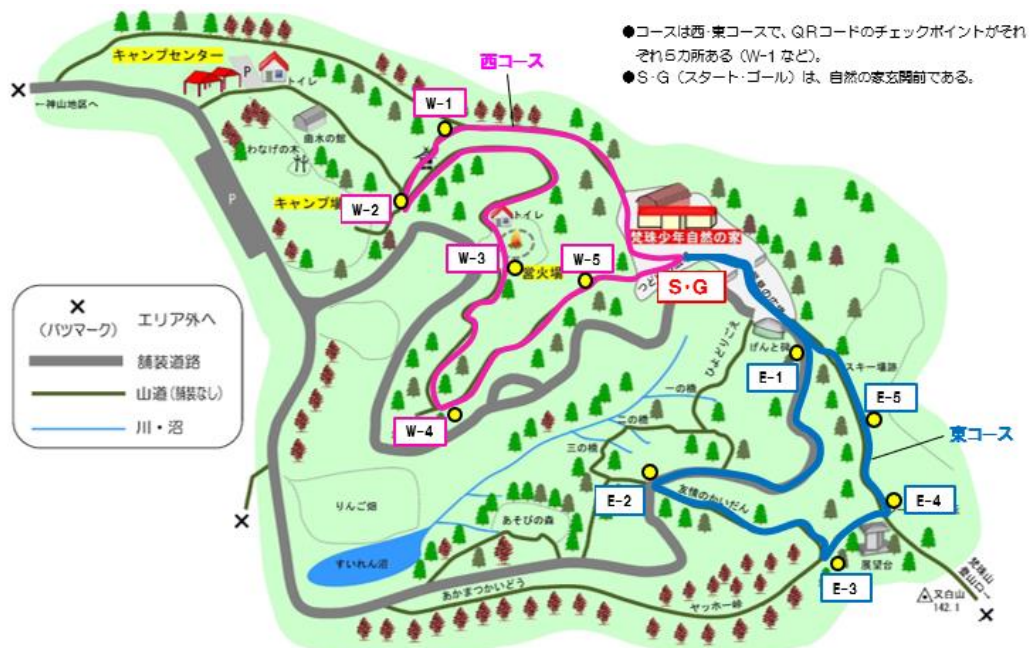
6 実施上の留意点

- ・当日、自然の家職員と引率者全員で、事前確認を行う。（ルール、担当者の役割など）
- ・参加者の健康状態を把握する。

7 安全に実施するためのポイント

- ・急斜面をロープに伝って登り降りするので、軍手を必ず着用させる。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の水分補給必須）
- ・危険な動植物（ヘビ、ハチ、ウルシ等）への対処方法について確認する。
- ・待機場所には必ず引率者が常駐し、安全管理を行う。

8 エリア地図





自然ふれあいハイク

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 草花遊びや生き物の観察など、自然とのふれあいを通し、自然の魅力を発見することができます。
- 自然の不思議さや生態系のしくみを実感することで、自然を大切にしようとする意識を持つことができます。

【教科への対応】 小学校：生活、理科、総合など 中学校：理科、総合など

【関連する活動プログラム】 スノーシューハイキング（四季を通じて実施できる）

2 活動の概要

「見どころマップ」や「ピンゴカード（幼児向け）」を持って、ルートをたどりながら、草花遊びや動植物の観察などをする活動です。

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 どの年齢でも実施可
- (3) 期間 4月中旬～11月上旬
- (4) 時間 1～2時間（説明10分+活動50～110分）
- (5) 場所 自然の家活動エリア
- (6) 経費 無料
- (7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



〈カタバミを使った10円玉磨き〉

3 準備物

団 体	救急薬品
個 人	汗ふきタオル、帽子、軍手、運動しやすい服装
自然の家	ピブス、「見どころマップ」または「ピンゴカード」、ルーペ、無線機（8台） その他活動に必要な道具（虫取り、バットなど）、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴 クマ撃退スプレー

4 引率者の役割分担

役割名	内 容
代表責任者	1名。責任者として自然の家に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
観察補助	数名。観察ポイントに配置し、草花遊びや自然観察の支援にあたる。
グループ引率者	児童・生徒と一緒に回りながら、見所マップ内のオススメポイントを案内します。



〈虫探し〉









〈トウホクサンショウウオの観察〉



〈水辺の生き物探し〉

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> 活動ルート、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手）について説明 ピブス、ルーペの貸出、見所マップ等の配付 ルート及び終了時間の合図を確認 ※観察補助は予めポイントに配置し、自然物を確認したりサンプル採集したりする。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> コースを選択し、引率者と一緒にスタート ※ 人数が多い場合は、時間差または双方向からルートをたどりスタートする。 <p>■お勧め10選</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <ol style="list-style-type: none"> ① イタドリ笛 ② ピカピカカタバミ ③ ささ舟作り ④ クズの葉鉄砲 ⑤ ミツバ探し ⑥ クロモジのいい香り ⑦ オニヤンマのヤゴ ⑧ ヘビのマンション ⑨ クズやオニグルミの葉痕 ⑩ ホオのお面作り <p>[その他季節のオススメ] 春：サンショウウオ、春の妖精探し 夏：虫探し 秋：くつつく種、どんぐりパチンコ</p> </div> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"><p>ささ舟作り</p></div> <div style="text-align: center;"><p>イタドリ笛</p></div> <div style="text-align: center;"><p>くつつく種</p></div> <div style="text-align: center;"><p>春の妖精</p></div> <div style="text-align: center;"><p>オニヤンマのヤゴ</p></div> <div style="text-align: center;"><p>クズの葉鉄砲</p></div> </div> <ul style="list-style-type: none"> 自然の家に到着後、全員の人数を確認し終了。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ふりかえり 借用物品を返却（無線機は事務室へ返却）

6 実施上の留意点

- 季節の見所について自然の家職員と相談しながらルートを設定する。
- 自然の家職員が観察ポイントへの配置は行わないため、事前研の際に引率者が確認を行うこと。
※ 団体の規模によっては、職員によるガイドも可能です。（要相談）
- キャンプセンターを本部とし、そこからスタート・ゴールすることも可能である。
- 冬期は「スノーシューハイク」として実施することで同等のねらいが達成可能である。

7 安全に実施するためのポイント

- 熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- 危険な動植物（ヘビ・ハチ・ウルシ等）への対処方法について確認する。

8 資料へのリンク

※見所マップの詳しい資料は、当所ホームページのトップページ「活動プログラム一覧」バナーから入り、「野外活動プログラム」「自然ふれあいハイク」の項からリンクがある。

9 エリア地図（右図参照）





ぼんじゅモルック

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・ニュースポーツの楽しさを味わうことができます。
- ・ルールを守り、グループで活動することで交流を深めることができます。

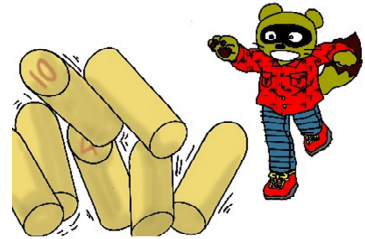
【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 梵珠ディスクゴルフ、虫取り遊び、ザリガニ釣りなど

2 活動の概要

モルックという棒を投げて、スキttlという12本のターゲットを倒しながら、50点ちょうどにするゲームです。仲間と協力し、どうすれば50点ちょうどになるかを考えながら進める楽しいゲームです。

- (1) 人数 80人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 4月下旬～11月上旬
- (4) 時間 1.5～2時間（説明15分＋活動75～105分）
- (5) 場所 キャンプ場、営火場他
- (6) 経費 無料
- (7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



3 準備物

団体	救急薬品
個人	帽子、汗ふきタオル、運動しやすい服装、飲み物（水分補給用）
自然の家	鉛筆、スコアシート、ルール等説明シート、クリップボード、モルック用具一式 スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。 また、得点の集計や微妙な状況での得点判断を行う（審判的役割）。



<活動の様子1>



<活動の様子2>

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<p>○ルール、安全管理について説明</p> <p>○鉛筆、スコアシート、ルール等説明シート、クリップボード、用具一式の貸出・配付</p> <p>※対戦チームや活動時間の指示等は引率者側で行う。</p>
活 動	<p>① 活動場所へ移動し、用具の配置を行う。</p> <p>② 先攻・後攻を決めてゲームを開始する。</p> <p>※投げる順番や記録系の順番など、必要な役割を決める。</p> <p>※倒れたスキttlを立てる役割は相手チームが行う。</p> <p>※投げ方の練習などを行う時間を設定する。</p> <div data-bbox="384 600 1418 1303" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">02 モルックとは？</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>How to Play!</p> <p>1</p> <p>ゲームスタート時の配置です。</p> <p>2チーム以上で対戦します。 投擲順を決め、順番にモルックを投げてスキttlを倒します。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>How to Play!</p> <p>2</p> <p>倒した本数によって点数が決まります。</p> <p>◆ 複数本の場合→倒れた本数が点数</p> <p>◆ 1本の場合→書かれた数字が点数</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>How to Play!</p> <p>3</p> <p>スキttlは、倒された地点で再び立てます。</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ● 完全にスキttlが倒れないと点数はカウントされません。 ● 50点を超えた場合は、25点に戻ります。 ● 3回連続ミスすると0点になり、失格となります。 </div> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">② ③ を繰り返し、先に 50点ぴったり になるまで得点した方が勝ち！</p> </div> <p>③ ゲームが終了したら、次の対戦相手とゲームを行う（引率者の指示による）。</p> <p>※時間がない場合は、その時点で50点に近いチームの勝ちとする（梵珠ルール）。</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> • スコアシートの回収、集計、順位の発表 • ふりかえり • 借用物品を返却

6 実施上の留意点

- ルールについて把握しておく。
- 競技するスペースを十分に確保し、隣接している競技者の安全に十分注意する。
- 簡素化した実施方法もある。詳細は職員に問い合わせる。

7 安全に実施するためのポイント

- ストレッチなど準備運動をしてから行う。
- 熱中症対策として、水分補給の時間を設定する。



梵珠ディスクゴルフ

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・ 野外のニュースポーツの楽しさを味わうことができます。
- ・ ルールを守り、グループで活動することで交流を深めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 ぼんじゅモルック、虫取り遊び、ザリガニ釣りなど

2 活動の概要

ディスクゴルフは、フライングディスクを使ったゴルフのようなゲームです。ルールや方法など、利用者が自由に変えて実施することが可能です。



<活動の様子1>

(1) 人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 どの年齢でも実施可

(3) 期間 4月下旬～10月下旬

(4) 時間 1～2時間（説明15分+活動45分～105分）

(5) 場所 キャンプ場

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、ピプス、ディスク、ターゲット、スタートコーン、スコアカード、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。
用具担当者	1～2名。用具の運搬・設置・回収を行う。



<活動の様子2>



<活動の様子3：ターゲット付近>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・用具担当者は、コース例のようにターゲットとスタートコーンを配置する。 ・ルール、安全管理について説明
準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・各グループのスタート場所と終了後の待機場所について確認 ・鉛筆、ピブス、ディスク、スコアカードの貸出、配付 ・グループ毎に記録者を決め、スコアカードにディスクを投げる順に名前を書き入れる。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・グループ毎にそれぞれのスタート場所から一斉スタート。 ※基本的な進め方 ・スタートコーン1, 2, 3はターゲットAをねらう。 スタートコーン4, 5, 6はターゲットBをねらう。 スタートコーン7, 8, 9はターゲットCをねらう。 ・1投目は決められたスタート場所から投げる。 ・2投目以降はディスクが地面に落ち、止まった地点から投げる。 ・グループで決めた順番を守って投げる。 ・ターゲットに入ったらすぐにディスクを取り出し、ターゲットから離れる。 (投数をグループの記録者に報告する。) ・メンバー全員がターゲットにディスクを入れたら、次へ移動する。 ・全9ヶ所をまわったら終了 ・人員の確認
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・スコアカードの回収、集計、順位の発表 ・ふりかえり ・借用物品を返却

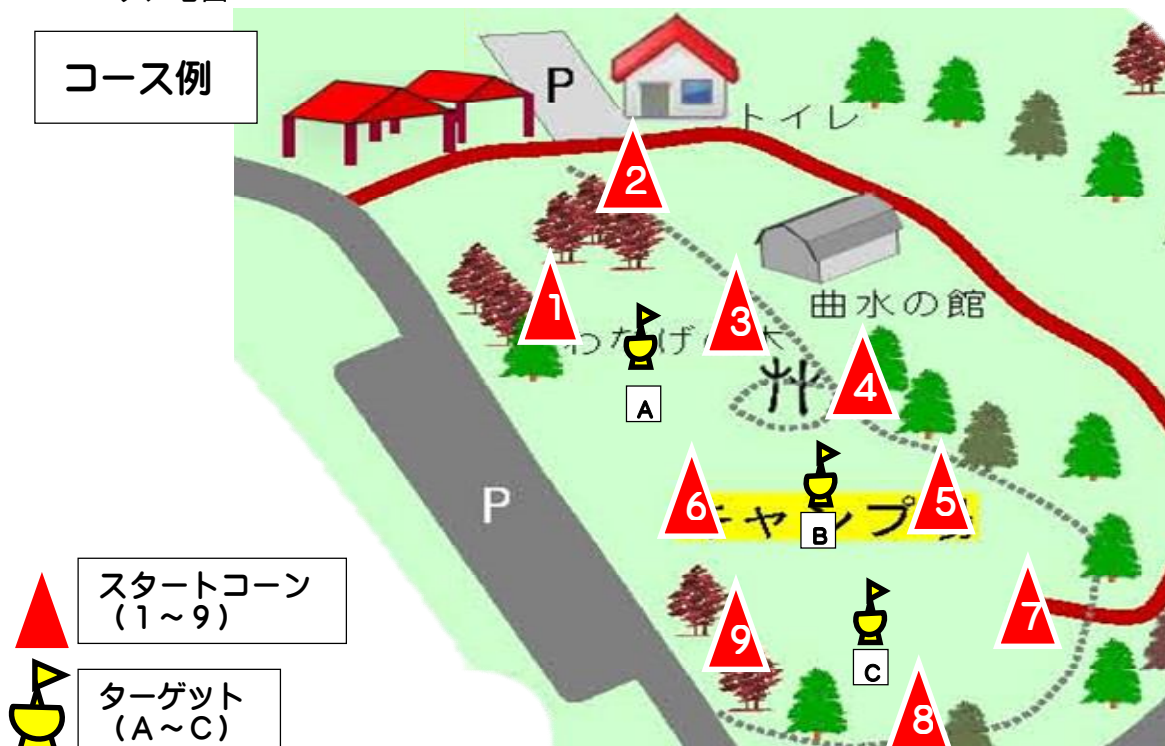
6 実施上の留意点

- ・次に投げる順番が来るまで、ディスクが落ちた場所でしゃがんで待つ。
- ・活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。(自然の家からキャンプ場まで徒歩約10分)

7 安全に実施するためのポイント

- ・ディスクを木に引っかけたり、道路に出たりした場合は無理に追わず、予備のディスクで近くの地面から再開する。
- ・ターゲット付近でプレーしている人にディスクがぶつからないよう、互いに声かけをし、譲り合うようにする。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。(途中の休憩必須)

8 エリア地図





虫取り遊び

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 自然の生き物に触れあう楽しさを味わうことができます。
- 生き物を愛護する心を養うことができます。

【教科への対応】 小学校：生活、理科、総合など 中学校：理科、総合など

【組合せ可能な活動プログラム】 ザリガニ釣り、ぼんじゅモルック、梵珠ディスクゴルフなど

2 活動の概要

「虫取りあみ」と「虫取りかご」を使って、虫取り遊びをします。虫の種類を決めて採集したり、いろいろな虫を数多く取ったり、目的に応じて行うことができます。また、自然の家にある「カブトムシ牧場」で幼虫探しを行うこともできます。取った虫や幼虫は、じっくりと観察した後、また自然に帰してあげます。

(1) 人数 80人以内

※貸し出しできる虫取りあみやかごの数に限りがあるため、5～6人ひとグループで実施することをお勧めします

(2) 対象 制限なし

(3) 期間 6月下旬～9月下旬

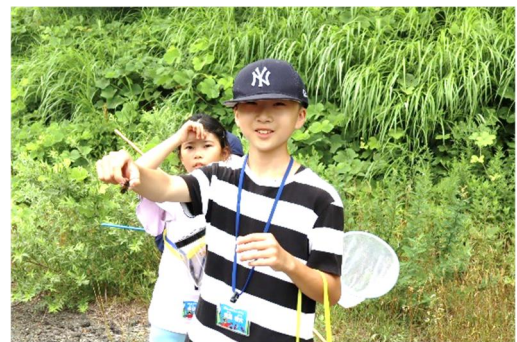
(4) 時間 1～2時間

(説明・準備15分+活動45～105分)

(5) 場所 キャンプ場ほか

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<活動の様子>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、運動しやすい服装、虫取りあみやかご（持参できる場合）
自然の家	虫取りあみ、虫取りかご、ピブス、無線、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者・パトロール	数名。安全に活動できるよう支援する。 ※うまく虫取りができない子どもにはコツを教えるなどの支援を行う。

5 活動の流れ

	内 容
説明準備	<ul style="list-style-type: none"> 虫取りや観察の仕方などについて説明する。 虫取りあみ、虫取りかごなど貸し出しする。 ※活動支援者には、危険箇所など、必ずついてほしい場所などを指示する。
活動	<p>①スタート地点から虫取りを開始する ※引率者は、各グループについてもよいし、パトロール形式で回ってもよい。 ※「虫取りあみ」に限りがある場合は、1匹取ったら交代とか、時間で交代とかを決めて行わせる。 ※「虫取りかご」に入れる時、前につかまえた虫に逃げられないように気をつける。</p> <p>②合図をしてゴール地点に集合する。 ※遠くにいて気づかないグループには、無線を使って終了を伝えるようにする</p> <p>③希望に応じて「カブトムシ牧場」へ移動し、幼虫さがしを行う。 ※グループを大きく二つに分けて、同時進行してもよい。</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 採集した虫を観察し、観察後自然に帰す。 ふりかえり、借用物品を返却する。

<ぼんじゅで採集できる虫たち>



クルマバッタ



フキバッタ



ヒオドシチョウ



オニヤンマ



シオカラトンボ



カブトムシの幼虫



活動の様子

6 実施上の留意点

- 当日、自然の家職員と引率者全員で、事前確認を行う。(やり方、危険箇所、役割分担など)
- 参加者の健康状態を把握する。

7 安全に実施するためのポイント

- 軍手など(手にフィットするもの)を着用させる。
- 熱中症対策のため、こまめな水分補給をさせる。
- 活動エリアや危険箇所がわかるような引率者の配置をする。



8 エリア地図

- 右図参照



ザリガニ釣り

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 自然の生き物に触れあう楽しさを味わうことができます。
- 生き物を愛護する心を養うことができます。

【教科への対応】 小学校：生活、理科、総合など 中学校：理科、総合など

【組合せ可能な活動プログラム】 虫取り遊び、ほんじゅモルック、梵珠ディスクゴルフなど

2 活動の概要

はじめに、梅枝とたこ糸を使ってザリガニ釣り用の釣り竿を作ります。その後、池に行き、エサ（スルメなど）を結びつけてザリガニ釣りをします。釣ったザリガニはバケツに入れ、様子を観察することができます。最後にザリガニを池に放してやります。

(1) 人数 40人以内

※一度に実施できるのは20人程度のため、他のプログラムと組み合わせで実施することが望ましい。

(2) 対象 制限なし

(3) 期間 6月下旬～8月下旬

(4) 時間 1～1.5時間

(説明・準備 20分+活動 40～70分)

(5) 場所 キャンプ場池

※雨天時は体育館横のテント下でも実施可能

(6) 経費 無料



＜ザリガニ釣りの様子＞

3 準備物

団体	救急薬品、エサ（スルメなど）
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、長靴 運動しやすい服装
自然の家	梅枝、たこ糸、バケツ、剪定ばさみ はさみ、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー



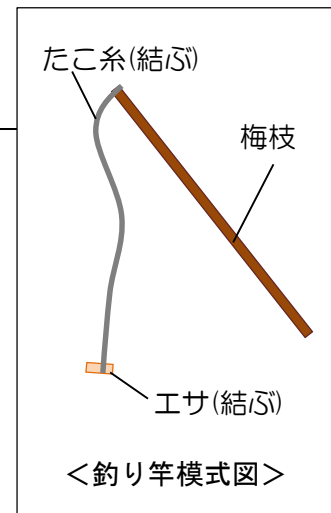
＜体育館横テント下での活動の様子＞

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。安全に活動できるよう支援する。 ※エサの取り付け方や釣り方のコツなどについても支援する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・釣り方や観察の仕方などについて説明 ・活動の準備として「釣り竿」作りを行う。 ※取り付けるエサは団体側で準備する。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・池に移動し、釣り竿にエサを結びつけて釣る。 ※一度に実施できるのは30人程度。 ※他のプログラムと組み合わせた場合、30分程度で交代しながら実施する。 ・釣れたらバケツに入れて観察する。 ※基本的に、1匹につき1バケツに入れて観察する。 ※釣れない子どもがいたら、班で観察するなど、約束事を決めておく。 ・観察し終わったらザリガニを放流する。 ※放流することを原則とする。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり、用具の返却とあとかたづけ ※梅枝は再利用できるため返却、その他はごみとして処分する。



6 実施上の留意点

- ・雨天、荒天時は、場所を代えて実施（体育館横テント下など）するか、代替プログラムを実施するか、あらかじめ決めておく（事前研で自然の家職員と相談して決める。）
- ・人数に応じて、他のプログラムと組み合わせて実施するかどうか、あらかじめ決めておく。
- ・天候等によってザリガニが釣れにくい場合があります。

7 安全に実施するためのポイント

- ・ザリガニをつかむ時、はさまれてのケガを軽減するため、軍手を必ず着用させる。
- ・熱中症対策のため、帽子は必ず着用させ、こまめな水分補給をさせる。
- ・あやまって池に落ちる子どももいるため、可能であれば長靴を履かせたり、替えの靴下等を準備する。
- ・釣り竿作りで刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつけさせる。



8 エリア地図

- ・右図参照



わんぱく原っぱ運動会

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・自然の中で行うゲームの楽しさを味わうことができます。
- ・ルールを守り、グループで活動することで交流を深めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 虫取り遊び、ザリガニ釣り、各種創作活動など

2 活動の概要

紅白などのグループに分かれ、キャンプ場などの原っぱで行えるゲームを3～5種目行って勝敗を競う活動です。

(1)人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度（1組10～20名で最大4組まで）のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2)対象 幼児～小学2年生

(3)期間 4月下旬～11月上旬

(4)時間 1～1.5時間（説明10分＋活動50分～80分）

(5)場所 キャンプ場

(6)経費 無料

(7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



＜ダンボールキャタピラリレー＞

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、運動しやすい服装、必要に応じて軍手
自然の家	用具一式、ピブス、スタート・ゴール用コーン、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。
用具担当者	1～2名。用具の設置・回収を行う。



＜ジャンボ輪投げゲーム＞



＜フライングディスク入れゲーム＞

5 活動の流れ

	内 容										
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・紅白などのグループに組分けを行う。 ・組の見分けがつくようにビブスなどを着用する。 ・3～5種目のゲームについてやり方を説明する。 ・活動支援者は、走る順に並べたり、ゲームが終わった子どもを座らせたりする。 ・用具担当者は、自然の家職員の指示に従って用具の設置・回収を行う。 										
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームは大きく「リレー方式」と「団体方式」に分かれる。 ・勝敗は1ゲーム毎に決定し、最終的に何勝何敗したかで競う。 <p>【主なゲーム】</p> <table border="0"> <tr> <td>(リレー方式)</td> <td>(団体方式)</td> </tr> <tr> <td>・「宝さがしリレー」</td> <td>・「松ぼっくり入れゲーム」</td> </tr> <tr> <td>・「ダンボールキャタピラリレー」</td> <td>・「フライングディスク入れゲーム」</td> </tr> <tr> <td>・「モルックボウリングリレー」</td> <td>・「つなひき」</td> </tr> <tr> <td>・「スチロバール転がしリレー」</td> <td>など</td> </tr> </table> <p>※発達段階や季節に応じて、自然の家職員からゲームを提案する。</p>	(リレー方式)	(団体方式)	・「宝さがしリレー」	・「松ぼっくり入れゲーム」	・「ダンボールキャタピラリレー」	・「フライングディスク入れゲーム」	・「モルックボウリングリレー」	・「つなひき」	・「スチロバール転がしリレー」	など
(リレー方式)	(団体方式)										
・「宝さがしリレー」	・「松ぼっくり入れゲーム」										
・「ダンボールキャタピラリレー」	・「フライングディスク入れゲーム」										
・「モルックボウリングリレー」	・「つなひき」										
・「スチロバール転がしリレー」	など										
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・順位の発表 ・ふりかえり ・借用物品の返却 										

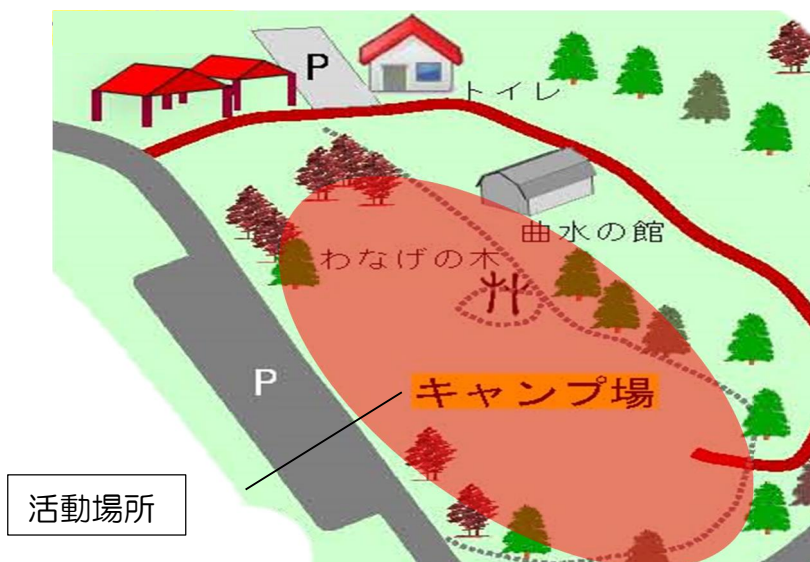
6 実施上の留意点

- ・まだやっていない子、もう終わった子などが区別できるようにする（終わった子はしやがむなど）。
- ・スタート・ゴールの距離や、ターゲットまでの距離などは、発達段階に合わせて近づけたり遠ざけたりする。
- ・勝敗だけにこだわり過ぎず、最後までやり遂げたことや達成感を味わわせるような声かけや励ましをする。

7 安全に実施するためのポイント

- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- ・手やひざのすりむきなどへの対応策として、軍手を着用したり、長ズボンをはかせたりする。

8 エリア地図



【改訂ポイント】
主なゲーム例を一部
変更した。



もりのぼうけんあそび

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・自然に親しみながら、いろいろなあそびを体験することができます。
- ・グループで協力しながら活動することで、仲間意識を高めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育、生活、学級活動など

2 活動の概要

キャンプセンターをスタート・ゴールとし、森の中に設置したスラックラインなどのいろいろなあそびを体験する活動です。

- (1)人数 40人以内
- (2)対象 幼児～小学低学年
- (3)期間 4月下旬～11月上旬
- (4)時間 1～1.5時間（説明10分+活動50～80分）
- (5)場所 自然の家活動エリア
- (6)経費 無料
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



< スラックラインの様子 >

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、運動しやすい服装、必要に応じて軍手
自然の家	用具一式、ピブス、スズメバチ用殺虫剤、クマ鈴、クマ撃退スプレー、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール	1～2名。キャンプセンターから時差式でスタートさせる。ゴール後は児童掌握。
あそび担当者	数名。それぞれのあそび用具の設置・回収とともに、ルール説明と安全管理を行う。必要に応じて子どもたちの活動支援も行う。
パトロール	数名。コースを巡回し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



< もりのブランコの様子 >



< どんぐりパチンコの様子 >

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・活動ルート、ルール、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子）について説明。 ・スタート順とゴール後の待機場所について確認。 ※各あそび担当者は所定の場所へ移動し、用具等の準備をする。
活 動	※スタート・ゴールは、基本的にキャンプセンターになります。 <ul style="list-style-type: none"> ・3～5分間隔の時間差でスタート（パトロール係は巡回指導） ※幼児などは、引率者がついて一緒に回る。 ・それぞれのあそびを体験しながら森の中を歩く。 <ol style="list-style-type: none"> ①スラックライン…施設側で設置したスラックラインに挑戦（ヘルメット着用） ②もりのブランコ…施設側で設置したブランコを体験（ヘルメット着用） ③もりのまつぼっくり投げ…かごにまつぼっくりを投げて入れることに挑戦 ④モルックボウリング…10本ならべた的を何本倒せるかに挑戦（2回投げる） ⑤どんぐりパチンコ…どんぐりパチンコで的当てに挑戦 ※発達段階や活動時間、配置可能な引率者などを考慮して、実施するあそびを選択できます。（個別研修会で事前に決定して実施）
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり ・借用物品の返却（無線機は事務室へ返却）

6 実施上の留意点

- ・当日、自然の家職員と引率者全員で、事前確認を行う。（ルール、担当者の役割など）
- ・参加者の健康状態を把握する。

7 安全に実施するためのポイント

- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。
- ・危険な動植物（ヘビ・ハチ・ウルシ等）への対処方法について確認する。
- ・キャンプセンター（本部）には必ず引率者が常駐し、安全管理を行う。

8 エリア地図 コース例：所要時間約60分（全5種目）





ぐるぐる火起こし

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・摩擦熱で火起こしができることを、実際の体験をとおして理解することができます。
- ・火を大切にすることを養うことができます。

【教科への対応】 小学校：理科,総合など 中学校：理科、総合など

【組合せ可能な活動プログラム】 キャンプファイヤー、梵ファイヤー、野外炊事
キャンドルサービス、焼板工作など

2 活動の概要

原始的な火起こしの方法である「舞ぎり式」で火を起こす活動です。単独のプログラムとして行うだけでなく、起こした火を使って「野外炊事」を行うなど、他の活動へつなげることができます。簡単に火は起きませんが、成功したときは大きな達成感や感動を味わうことができる活動です。

(1)人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2)対象 小学校5年生～中学生・高校生

(3)期間 4月下旬～11月下旬

(4)時間 1～1.5時間（説明20分+活動40分～70分）

(5)場所 キャンプセンター他

(6)経費 50円/1人

(7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



＜活動の様子＞

3 準備物

団体	救急薬品
個人	軍手、運動しやすい服装
自然の家	火きり棒、火きり板・杵、金属かご、麻ひも、新聞紙、ろうそく、風防付きろうそくたて、金属バケツ、バケツ水、ブルーシート（室内の場合）、小刀、作業板

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。用具の配付と管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



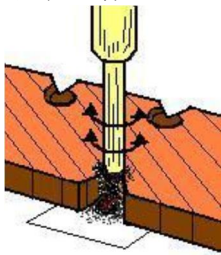
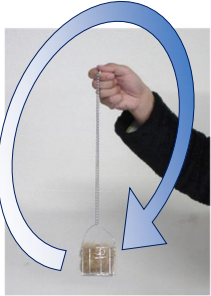


＜火きり棒と火きり板＞



＜セイタカアワダチソウの火きり杵＞

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・火起こしの手順、安全管理について説明 ・用具の貸出、配付
活 動	<p>① 麻ひもを小刀でほぐし、鳥の巣のようにまとめたものを作り金属かごに入れる。</p>   <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> 真ん中を少しくぼませる。 </div> <p>② 新聞紙の上に火きり板を置き、一人が固定し、もう一人が火きり棒の横木を上下させ、摩擦を起こす。 ◎ポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・火きり板は動かないようにしっかりと固定する。 ・安定した上下運動を継続させる。交代する時は火きり板が冷えないうちに、素早く交代する。 <p>③ 火種を作る</p>  <p>火きり棒を回転し続けると煙が出てくる。さらに回し続けると、V字刻みの部分に黒い粉がたまっていく。V字刻みに黒い粉がどんどんできてきたら回転運動を速くし、黒い粉の中に火種ができたなら回転をやめる。火種に優しく息を吹きかけ赤く大きくする。 ◎ポイント：煙が出てきても回転は止めないこと。長時間回し続け、できるだけ大きな火種を作ることが大切。</p> <p>④ 火を付ける</p> <p>できた火種を用意しておいた麻ひもの鳥の巣の上ののせる。表面に少量の鳥の巣をかぶせ、あとは、ひもの端を持ってぐるぐると回す。（周りに人がいないよう注意！）徐々に煙が濃くなり、50回程度回転させると一気に火がつく。火がついたら金属バケツに一旦入れ、そこからろうそくへ点灯する。</p> 
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり ・用具の返却と後片づけ

6 実施上の留意点

- ・起こした火を火種として、焼板工作やキャンドルサービスなどの活動に使用することもできる。
- ・炊事などの前に行く場合、火起こしの活動時間が短くなりすぎないようにする。時間が少ないと成功するグループがない場合もある。
- ・活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10分）
- ・火きり杵は自然素材のため、火きり棒へ装着する際は、引率者がカッター等で削るなど調整が必要な場合もある。

7 安全に実施するためのポイント

- ・やけど防止のため、火種を扱う際は軍手を着用する。
- ・やけど防止用のバケツ水を用意する。
- ・小刀を使用する際は、軍手を着用する。



キャンプファイヤー

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・火を囲みながら、自分を見つめ直すとともに、仲間との親睦を深めることができます。
 - ・自然の中で「火の神秘」を感じながら、自然への畏敬の念を深めることができます。
 - ・仲間とともに、歌・踊り・スタンプなどに取り組み、協力や友愛の精神を高めることができます。
- 【教科への対応】 小学校：学級活動など 中学校：学級活動など
 【組合せ可能な活動プログラム】 ぐるぐる火起こしなど

2 活動の概要

自然の中で火を囲み、儀式、歌、踊り等を行います。プログラムは団体の実情に応じて様々にアレンジを加えることができます。ゲームやスタンプなど各グループで考えた出し物を組み込むことにより、仲間との協力や親睦を深める活動です。



＜トーチサービスの様子＞

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 4月下旬～10月中旬
- (4)時間 1.5時間
- (5)場所 営火場
- (6)経費 1,750円/灯油10ℓまで（60名以下の団体が目安）
3,000円/灯油20ℓまで（60名以上の団体が目安）
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、スタンプやゲームに使用するもの
個人	軍手、使い古しの雑巾かフェイスタオル 夜の野外活動にふさわしい服装（必要に応じて、虫除けスプレー等）
自然の家	トーチ棒、針金、薪、火かき棒、トーチ用灯油、着火剤、金属製バケツ、火ばさみ ワイヤレスマイク、Bluetooth対応CDプレイヤー、ライター、消火用ホース、 衣装（女神、付き人）、バケツ水、無線機（1台）

4 引率者の役割分担

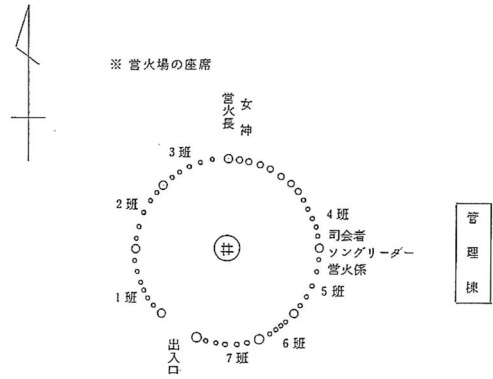
役割名	内容
代表責任者	1名。活動全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

※実施上の役割（例）

役割名	内容	備考
営火長	・団体を代表する人で「火の話」を担当する。	（火の神でも可）
司会者 （エールマ スター）	・プログラム全体の進行を行う。 ・2部の「親睦」では、雰囲気盛り上げるようスタンプ などをうまく進行させる。	・1～2名 ・明るくユーモラスな表現 の工夫
ファイヤー キーパー	・薪がきれいに燃えるよう管理する。 ・消火確認と燃えかすの片づけを行う。	・2～4名 ・静かにゆっくり動く
女神 ・付き人	・親火をはこぶ。 ・付き人を従えて入場。	・女神・付き人1～3名 ・歩く速さ、姿勢に注意
ソングリー ダー	・すべての歌をリードする。	・3～6名 ・司会者と打ち合わせ

5 活動の流れ（例）

	内 容	
説 明	団体の指導者が、児童・生徒等に対して、プログラムの流れや留意点の説明、安全指導等を行う。	
活 動	<p>〈第1部〉 儀式の火（約25分）～おごそかに（静）～</p> <ul style="list-style-type: none"> 集合・移動 ・参加者はトーチを持ってつどいの広場に集合し、営火場へ移動する。 入場・整列 ・営火床を左回り1周し、イスの後ろへトーチを置く。 はじめの歌 ・「遠き山に日は落ちて」を歌う。（歌→ハミング） 女神入場 ・歌の途中で聖火を持って入場し、所定の位置（営火長の前）につく。 営火長のことば ・聖火を受け取り火の話をする。 点火 ・営火長は、薪に点火する。 炎の歌 ・「燃えろよ燃えろ」を歌う。 <p>※歌の終了とともに司会者は第1部の終了と第2部の始まりを告げる。</p> <p>〈第2部〉 親睦の火（約50分）～楽しく元気よく（動）～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全員手拍子でうたう。 ・班ごとに演技する。 ・途中に全員の歌や踊りを入れ、雰囲気盛り上げる。 ・最後は静かな歌で心をしずめる。 <p>〈第3部〉 儀式の火（約15分）～おごそかに（静）～</p> <ul style="list-style-type: none"> おわりの歌 ・女神は付き人とともに衣装を整え、親火をもって所定の場所に立つ。 ・「一日の終わり」を歌う。（2番の歌詞→ハミング（静かな雰囲気）） 児童・生徒の話 ・児童生徒の感想（自分の場所から5歩前に出て） 営火長のことば ・親火を受け取り火の話をする。 別れの歌 ・「今日の日はさようなら」など歌う。（思いを込めて） トーチサービス ・全員トーチを持って起立し、営火長から班長へ分火、班長から班員へ分火 退 場 ・営火長、女神、付き人、各班の順で退場し、トーチを保持したまま自然の家まで移動し消火する。 	
	終了後	<p>あとしまつ ・消火し確認する。 ・用具の片づけ ・自然の家職員へ無線で連絡し、確認を受ける。 ・借用物品を返却（無線機は事務室へ）</p>



6 実施上の留意点

- ・事前に「薪を組む」「トーチ棒作り」の時間が必要となる。
- ・準備及び後始末は、自然の家職員の指示によって利用団体が行う。
- ・火のついたトーチ棒を持って施設に戻る際は、引率指導者の一人が最後尾に付き、路上に落ちた燃えかすを回収する。（金属製バケツ、火ばさみを使用）
- ・翌朝は、燃えかすを土のう袋へ入れ、所定の場所へ片づける。また、トーチを解体し、棒は所定の場所へ、布と針金は分別して捨てるとともに消火用シンクの水抜きと清掃も行う。

7 安全に実施するためのポイント

- ・安全上、大人数の団体が営火場でトーチサービスを行う場合は分火のタイミング等について工夫が必要となる。
- ・トーチを持って歩くとき、各人の前後の間を2m以上あけ、やけどに気をつける。
- ・余った灯油を、火の中に投入しない。
- ・やけど防止用の水（バケツ、ホース）を用意する。
- ・火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣を検討する必要がある。

8 資料へのリンク

※キャンプファイヤーの詳しい資料は、当所ホームページのトップページ「活動プログラム一覧」バナーから入り、「野外活動プログラム」「キャンプファイヤー」の項からリンクがある。



焚ファイヤー

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・ 焚き火のゆらめく炎を見つめ、1日の出来事を振り返ったり友達と静かに語り合ったりすることで互いの親睦を深めることができます。
 - ・ 着火から消火までの火の管理を自分たちで行うことで、焚き火の魅力や楽しさを実感できます。
- 【教科への対応】 小学校：学級活動など 中学校：学級活動など
- 【組合せ可能な活動プログラム】 ぐるぐる火起こしなど

2 活動の概要

自分たちで薪組みと着火を行い焚き火（英語で Bonfire）をします。自然の中で火を囲みながら、1日の活動をふりかえったり、仲間と語り合ったりすることで親睦を深めます。簡単な儀式や歌、スタンプ等を取り入れながら団体の実情に応じて様々にアレンジを加えることができます。



<焚ファイヤーの様子>

- (1) 人数 80人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 4月下旬～10月中旬
- (4) 時間 1.5時間
- (5) 場所 つどいの広場、営火場
- (6) 経費 400円/薪1束（※ 3～4班で1束程度使用）
- (7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、スタンプやゲームに使用するもの等
個人	軍手、夜の野外活動にふさわしい服装（必要に応じて、虫除けスプレー等）
自然の家	焚き火台、薪、着火剤、火ばさみ、メタルマッチ、ライター、子供用折りたたみイス、ヘッドライト、ミニトーチ作成用具一式（梅枝、中古ろうそく、カセットコンロ等）追加用雑薪（無料）、バケツ水

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。活動全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

※実施上の役割（例）

役割名	内容
焚き火マイスター	・ 団体を代表する人で「焚き火の楽しみ方解説」と「着火デモンストレーション」を担当する。
ファイヤーキーパー（数名）	・ 各班の焚き火の安全管理をする。 ・ 消火確認と燃えかすの片づけを行う。



<焼マシュマロの様子>

5 活動の流れ（例）

	内 容
説明・準備	<p>団体の指導者が、児童・生徒等に対して、プログラムの流れや留意点の説明、安全指導等を行う。</p> <p>○焚き火台の組み立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 必ず、焚き火台の下に「焚き火シート」を敷く。 ・ 緊急用の水バケツも用意する。 <p>※ 折りたたみイスやベンチを配置し場作りをする。</p> <p>○薪組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 空気の流れを考え、大小の薪を合わせて20本程度組む。 ・ 風上側に着火剤のおがくずを入れる。 <p>※ 小枝など、自分たちで拾ってきた材料を使用してもよい。</p> <p>○第3部で使用するミニトーチの準備。（任意とします。）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>■ [ミニトーチ]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 剪定ばさみで梅枝を50cm位に切る。 ・ 先端をかなづちで5～6回たたき細かく割る。 ・ 枝先に湯煎したロウを付着させる。 <p>※ロウの湯煎と梅枝への付着は大人が行う。</p> </div> <p>○メタルマッチの使い方を班毎に練習する。</p>
活動	<p>《第1部》誕生の火</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 焚き火マイスターによる、焚き火の楽しみ方のお話等。 ・ メタルマッチでおがくずにうまく火花を飛ばして着火する。 <p>《第2部》成長の火</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 大きく成長していく火を囲みながら、1日を振り返ったり語り合ったりする。 <p>[焚き火中の活動例]</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 1日をふりかえって感想発表をする。 ○ 詩の朗読や読み聞かせを静かに聞く。 ○ 班毎に簡単なゲームやクイズを楽しむ。等 ※ 活動係は、薪をたし、火力をキープする。 <p>《第3部》玄冬の火</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 炎は小さくなくても、中心部で力強く熱を放つ赤々とした熾火（おきび）を静かに見つめ、以下のような活動を行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>■ [ミニトーチ]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 班毎にトーチサービスを行い、各自手に持った炎を見つめる。 <p>※ 班長が焚き火台からトーチに火を移し、次々にリレー形式で分火する。</p> <p>※ トーチが消火したら、枝を焚き火台にくべて終了する。</p> </div>
終了後	<p>6 後始末</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ やけどに注意しながら、熾火を所定のドラム缶（つどいの広場）、またはファイヤーサークル（営火場）へ捨てる。 ・ 焚き火台が冷めてから解体し、他の用具も合わせて返却する。 ・ 十分に水をかけ、消火を確認し職員の点検を受ける。 <p>※ 翌朝、おき火は燃やせるゴミとして処理し、ゴミ集積庫にだす。</p>

6 実施上の留意点

- ・ 準備及び後始末は、自然の家職員の指示によって利用団体が行う。
- ・ 火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣を検討する必要がある。
- ・ 貸し出し用折りたたみイスは子供用のため耐荷重が60kgまでである。

7 安全に実施するためのポイント

- ・ ベンチやおりたたみイスの配置や薪をたす場合には、風向きに注意する。
- ・ やけど防止用のバケツ水を用意する。



暗闇ビンゴ

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 夜の自然について興味・関心を高めることができます。
- 夜のコースを歩く中で注意力や判断力を高めることができます。
- グループで取り組むことによって仲間意識を高めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

2 活動の概要

「夜」の活動エリアをグループ毎にクイズとビンゴを楽しみながら歩き、ふだん経験することの少ない夜の自然を感じる活動です。



- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 4月下旬～11月上旬
- (4) 時間 1.5時間（説明20分＋活動70分）
- (5) 場所 自然の家活動エリア
- (6) 経費 無料
- (7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	夜の野外活動にふさわしい服装（必要に応じて、虫除けスプレー等）
自然の家	鉛筆、カードホルダー、ビブス、ビンゴカード、懐中電灯、用具一式 タブレット端末、クマ鈴、クマ撃退スプレー、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として自然の家に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール	1～2名。スタートとゴールの確認。採点と集計を行う。
ポイント担当者	3名。各ポイントに立ち、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。
関門担当者	1名。関門カードとランタンの設置・回収を行う。

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手）について説明 ・スタート順とゴール後の待機場所について確認 ・鉛筆、カードホルダー、ピブス、ビンゴカード、懐中電灯の貸出、配付 ・グループ毎に、ビンゴカードの裏面に、ビンゴ数字1～100を書き入れる。 ※関門担当者は、この間に関門カードとランタンを設置する。ポイント担当者は配置につく。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・3～5分間隔の時間差でスタート ※待ち時間に、星見の広場で星座アプリを使った星空観察を行うことも可能です。 ・各関門を回り、ビンゴ数字を確認し、クイズを解答する。 ・全10関門をクリアしたらゴール ・全員のゴールを確認する。 ※関門担当者は、関門カードとランタンを回収する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ビンゴカードの回収、採点、集計、順位の発表 ・ビンゴの得点及びクイズ得点がグループの総合点となる。 ○数字得点（10点）…ポイントにあるビンゴ数字とビンゴ表の数字で同じものがあれば○印をつける。 ○ライン得点（30点）…○印が縦、横、斜めに一列に並んだとき。 ○クイズ得点（10点）…1問10点×10問 ※「FREE」も10点に数える。 ・ふりかえり ・借用物品を返却（無線機は事務室へ返却）

6 実施上の留意点

- ・当日、自然の家職員と引率者全員で、事前確認を行う。（ルール、担当者の役割、関門設置など）
- ・夜の活動になるので、指導者は可能な限り活動エリアのポイントに配置する。少人数の指導者での活動であっても、スタート・ゴール、ポイント1～3合計4ヶ所は必須。
- ・関門カードとランタンの設置及び回収は、活動団体が行う。
- ・スタートの順番が来るまで、静かに夜の自然に溶け込んで待つようにする。
- ・虫除けスプレーは館外で使用させる。
- ・五感で夜の自然を感じられるようにするため、できるだけ大声は出さないようにする。

7 安全に実施するためのポイント

- ・足もとには十分注意して歩き、絶対に走らない。
- ・待機場所には、必ず引率者が常駐し、安全管理を行う。

8 エリア地図





テント泊

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・野外での宿泊体験をととして自然体験活動への興味関心を高めることができます。
- ・各自が役割を自覚し、創意工夫して共同生活をよりよいものにする態度を養うことができます。
- ・テント設営の基礎的な技術を身につけることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

2 活動の概要

テント設営及びテント生活について実技をととして学ぶ活動です。児童・生徒が、自然の中で共同生活することは社会性を身につける上で有効であるとともに、自然体験活動への興味関心を高めることにつながります。

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 5月下旬～10月上旬
- (4)場所 キャンプ場
- (5)経費 170円/シュラフシート洗濯代1人分
- (6)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<完成したテント>

3 準備物

団 体	救急薬品、虫よけ
個 人	軍手、懐中電灯、季節や気象状況に応じた服装
自然の家	テント一式、ランタン、シュラフ、ロールマット、シュラフ用シート

4 引率者の役割分担

役割名	内 容
代表責任者	1名。本部に常駐し、活動全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<ペグを打つ>



<シュラフをたたむ>

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・テント設営及び撤収、安全管理について説明 ・テント用具一式の貸出
活 動	<p>【テントの設営】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テントの設営場所を選定し整地する。危険物があれば除去する。 ・グランドシートを敷く。 ・ポールをスリーブに通し、テント本体を立ち上げた後、ペグで固定する。 ・フライシートをかけ、マットとシュラフを敷きランタンをセットする。 <p>【撤収時のテント及びシュラフの乾燥】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シュラフのファスナーを開け裏返し、ロープ等にかけて乾燥させる。 ・テントから荷物を出して出入り口を開き、内と外を乾燥させる。 <p>【テント及びシュラフの撤収】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すべてのファスナーを閉じてからペグを抜き、フライシートを外す。 ・テント本体からポールを外し、ポール、フライシート、テント本体をたたんで専用バッグに収納する。 ・シュラフをたたんで収納する。グランドシートはたたんでおく。 ・しまい忘れた部品がないか確認する。
活動後	<ul style="list-style-type: none"> ・借用物品を返却

6 実施上の留意点

- ・実施時期によっては、寒さへの対策をしっかりと行う。
- ・荷物を整頓して置くよう指導する。
- ・キャンプ場はゆるい傾斜地となっているため、寝る際の頭の位置に留意する。

7 安全に実施するためのポイント

- ・テントはできるだけエリア地図のように整然と設営する。
- ・ポール着脱時ははねかえりに注意する。
- ・ペグやポールは散乱させないようにすぐ袋に入れる。またペグを打つ時ハンマーの扱いに注意する。
- ・テントの中で火は使用しない。

8 エリア図

設営例





野外炊事「カレー」

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 仲間と協力しながら炊事を行うことで、連帯意識を高めることができます。
- 焚火で炊事することの楽しさを味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：家庭、総合など 中学校：技術・家庭、総合など

【組合せ可能な活動プログラム】 ぐるぐる火起こしなど

2 活動の概要

焚火で炊事をする活動です。ライスクッカーでご飯を炊き、ずんどう鍋でカレーを作ります。団体が持ち込んだ食材で炊事することもできます。



<活動の様子：食事風景>

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 4月下旬～10月下旬
- (4)時間 2～3時間（説明20分＋活動100分～160分）
- (5)場所 キャンプセンター
- (6)経費 400円／薪1束
2,568円／カレーセットA（6～8人分） [米持参の場合1,812円]
4,093円／カレーセットB（9～12人分） [米持参の場合2,884円]
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、食材（持ち込みの場合）、食器用洗剤、クリームクレンザー、スポンジ、ふきん、ペーパータオル、新聞紙
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、野外炊事にふさわしい服装
自然の家	食材セット、炊事道具、食器、金たわし、火ばさみ、マッチ、薪、着火剤 ゴミ箱、無線機（1台）、バケツ水 ※施設・用具の詳細は、当所ホームページの「利用のてびき」で確認できる。 （当所ホームページ「利用のてびき 安全管理マニュアル」のバナーをクリック）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。切る、煮る、運ぶなど調理のそれぞれのポイントで安全指導を行う。終了後のかまど、ゴミの片付けをする。
用具担当者	1名。用具の準備、後片づけを指導する。（調理器具や食器の最終確認は自然の家職員が行う。）

5 活動の流れ

	内 容								
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 炊事の手順、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手・汗ふきタオル）について説明 								
準 備	<ul style="list-style-type: none"> ゴミの分別について説明 調理器具、食器の貸出 								
活 動	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの手順で炊事を開始 【カレーライスの場合】 <table border="1"> <thead> <tr> <th>かまど担当</th> <th>ご飯担当</th> <th>カレー担当</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> 薪を組む 着火剤を用いて点火 薪を足しながら火力の維持 火バサミを使ってのふたの開け閉め </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 米をとぎ、水を入れ、10～15分おく。 焚火にかけてたく。 ふきこぼれがなくなったら、中を確認。 水分が無くなっていたらできあがり。かまどから降ろしてむらす。 </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 材料を切りなべに水を入れる（肉は最後に入れる）。 焚火で材料がやわらかくなるまで煮込む。 ルーを入れ、こがさないように、とろみがつくまでかきまぜる。 </td> </tr> </tbody> </table>			かまど担当	ご飯担当	カレー担当	<ul style="list-style-type: none"> 薪を組む 着火剤を用いて点火 薪を足しながら火力の維持 火バサミを使ってのふたの開け閉め 	<ul style="list-style-type: none"> 米をとぎ、水を入れ、10～15分おく。 焚火にかけてたく。 ふきこぼれがなくなったら、中を確認。 水分が無くなっていたらできあがり。かまどから降ろしてむらす。 	<ul style="list-style-type: none"> 材料を切りなべに水を入れる（肉は最後に入れる）。 焚火で材料がやわらかくなるまで煮込む。 ルーを入れ、こがさないように、とろみがつくまでかきまぜる。
	かまど担当	ご飯担当	カレー担当						
<ul style="list-style-type: none"> 薪を組む 着火剤を用いて点火 薪を足しながら火力の維持 火バサミを使ってのふたの開け閉め 	<ul style="list-style-type: none"> 米をとぎ、水を入れ、10～15分おく。 焚火にかけてたく。 ふきこぼれがなくなったら、中を確認。 水分が無くなっていたらできあがり。かまどから降ろしてむらす。 	<ul style="list-style-type: none"> 材料を切りなべに水を入れる（肉は最後に入れる）。 焚火で材料がやわらかくなるまで煮込む。 ルーを入れ、こがさないように、とろみがつくまでかきまぜる。 							
<ul style="list-style-type: none"> グループメンバーで会食する。 後片付け 使用した調理器具や食器をきれいに洗い、ふきん等で水気をきった後、自然の家職員へ無線で連絡し、確認を受けてから収納する。 									
終了後	<ul style="list-style-type: none"> かまどの燃えかすは、キャンプセンター小屋横にあるドラム缶の中に入れる。 ゴミを自然の家ゴミ集積庫へ運搬して捨てる。 各テーブル周りの清掃・点検 								

6 実施上の留意点

- 食材セットを利用する場合は、土日を除く4日前までに、セット数を自然の家に連絡する。また、当日決められた時間に引率者がキャンプセンターで納入業者から食材を受領する。
- かまどは24箇所あり、通常の炊事では12グループが一斉に活動できる。
- 活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10分）
- ゴミの分別は、五所川原市の区分に従って行うこととする。

【キャンプセンター利用における留意点】

- 調理で出た生ゴミや段ボール類は、利用団体がゴミ集積庫まで運んで捨てる。
- 食器類及び調理器具は水気をすべて拭き取り、職員の点検を受けてから返却する。
- 衛生上の観点から、自然の家が貸し出す包丁では肉や魚などの生ものは切らない。まな板の上にも生ものを置かない。
- 火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣を検討する必要がある。

7 安全に実施するためのポイント

- かまどに近づくときは、首にタオルを巻く。
- 火の管理や料理の運搬では、必ず軍手を着用する。
- やけど防止用のバケツ水を用意する。
- かまどの周りに用具や薪を散乱させておかないように注意する。





野外炊事「豚汁」

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・仲間と協力しながら炊事を行うことで、連帯意識を高めることができます。
- ・焚火で炊事することの楽しさを味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：家庭、総合など 中学校：技術・家庭、総合など

【組合せ可能な活動プログラム】 ぐるぐる火起こしなど

2 活動の概要

焚火で炊事をする活動です。ライスクッカーでご飯を炊き、ずんどう鍋で豚汁を作ります。団体が持ち込んだ食材で炊事することもできます。



<調理例>

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 4月下旬～10月下旬
- (4)時間 2～3時間（説明20分＋活動100分～160分）
- (5)場所 キャンプセンター
- (6)経費 400円／薪1束

2,724円（8～10人分） [米持参の場合1,817円]

※調味料

ほんだしスティック	8g×4本	150円	豚汁 1セットに1～2本程度
みそ	650g	463円	1人当り18g程度(水分量でかなり変動します)
みそ	3kg	1,003円	
みりん風調味料	400ml	160円	お好みで使用してください

- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、食材（持ち込みの場合）、食器用洗剤、クリームクレンザー、スポンジ、ふきん、ペーパータオル、新聞紙
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、野外炊事にふさわしい服装
自然の家	食材セット、炊事道具、食器、金たわし、火ばさみ、マッチ、薪、着火剤 ゴミ箱、無線機（1台）、バケツ水 ※施設・用具の詳細は、当所ホームページの「利用のてびき」で確認できる。 （当所ホームページ「利用のてびき 安全管理マニュアル」のパナーをクリック）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。切る、煮る、運ぶなど調理のそれぞれのポイントで安全指導を行う。終了後のかまど、ゴミの片付けをする。
用具担当者	1名。用具の準備、後片づけを指導する。（調理器具や食器の最終確認は自然の家職員が行う。）

5 活動の流れ

	内 容							
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 炊事の手順、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手・汗ふきタオル）について説明 							
準 備	<ul style="list-style-type: none"> ゴミの分別について説明 調理器具、食器の貸出 							
活 動	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの手順で炊事を開始 							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>かまど担当</th> <th>ご飯担当</th> <th>豚汁・担当</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> 薪を組む 着火剤を用いて点火 薪を足しながら火力の維持 火ばさみを使ってのふたの開け閉め </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 米をとぎ、水を入れて、10～15分おく。 焚火にかけてたく。 ふきこぼれがなくなったら、中を確認。 水分が無くなっていたらできあがり。かまどから降ろしてむらす。 </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 材料を切りなべに水を入れる。（肉は最後に入れる）。 焚火で材料がやわらかくなるまで煮込む。 味噌を入れ、味を整え、残った材料を入れる。 ※詳細は「活動プログラム集」参照。 </td> </tr> </tbody> </table>	かまど担当	ご飯担当	豚汁・担当	<ul style="list-style-type: none"> 薪を組む 着火剤を用いて点火 薪を足しながら火力の維持 火ばさみを使ってのふたの開け閉め 	<ul style="list-style-type: none"> 米をとぎ、水を入れて、10～15分おく。 焚火にかけてたく。 ふきこぼれがなくなったら、中を確認。 水分が無くなっていたらできあがり。かまどから降ろしてむらす。 	<ul style="list-style-type: none"> 材料を切りなべに水を入れる。（肉は最後に入れる）。 焚火で材料がやわらかくなるまで煮込む。 味噌を入れ、味を整え、残った材料を入れる。 ※詳細は「活動プログラム集」参照。	<ul style="list-style-type: none"> グループメンバーで会食する。 後片付け 使用した調理器具や食器をきれいに洗い、ふきん等で水気をきった後、自然の家職員へ無線で連絡し、確認を受けてから収納する。
かまど担当	ご飯担当	豚汁・担当						
<ul style="list-style-type: none"> 薪を組む 着火剤を用いて点火 薪を足しながら火力の維持 火ばさみを使ってのふたの開け閉め 	<ul style="list-style-type: none"> 米をとぎ、水を入れて、10～15分おく。 焚火にかけてたく。 ふきこぼれがなくなったら、中を確認。 水分が無くなっていたらできあがり。かまどから降ろしてむらす。 	<ul style="list-style-type: none"> 材料を切りなべに水を入れる。（肉は最後に入れる）。 焚火で材料がやわらかくなるまで煮込む。 味噌を入れ、味を整え、残った材料を入れる。 ※詳細は「活動プログラム集」参照。						
終了後	<ul style="list-style-type: none"> かまどの燃えかすは、キャンプセンター小屋横にあるドラム缶の中に入れる。 ゴミを自然の家ゴミ集積庫へ運搬して捨てる。 各テーブル周りの清掃・点検 							

6 実施上の留意点

- 食材セットを利用する場合は、土日を除く4日前までに、セット数を自然の家に連絡する。また、当日決められた時間に引率者がキャンプセンターで納入業者から食材を受領する。
 - かまどは24あり、通常の炊事では12グループが一斉に活動できる。
 - 活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10分）
 - ゴミの分別は、五所川原市の区分に従って行うこととする。
- 【キャンプセンター利用における留意点】
- 調理で出た生ゴミや段ボール類は、利用団体がゴミ集積庫まで運んで捨てる。
 - 食器類及び調理器具は水気をすべて拭き取り、職員の点検を受けてから返却する。
 - 衛生上の観点から、自然の家が貸し出す包丁では肉や魚などの生ものは切らない。まな板の上にも生ものを置かない。
 - 火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣を検討する必要がある。



<煮込み>

7 安全に実施するためのポイント

- かまどに近づくときは、首にタオルを巻く。
- 火の管理や料理の運搬では必ず軍手を着用する。
- やけど防止用のバケツ水を用意する。
- かまどの周りに用具や薪を散乱させておかないように注意する。



野外炊事「ホットサンド」

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・仲間と協力しながら炊事や食事をする事で、連帯意識を高めることができます。
 - ・火（コンロ）を使う活動により、火の扱いに注意しながら炊事の楽しさを味わうことができます。
- 【教科への対応】 小学校：家庭、総合など 中学校：技術・家庭、総合など

2 活動の概要

手軽で簡単な調理器具「ホットサンドメーカー」を使って調理します。食パンに挟む具材を工夫することで、様々な味を楽しむことができ、仲間との一体感を味わいながら有意義な食事のひと時を過ごすことができます。



＜活動の様子＞

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 小学校3年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 1.5時間（説明10分＋活動80分）
- (5)場所 キャンプセンター他
- (6)経費 以下の食材費参照

ホットサンドセット（8人分）	2,054円（1人当たり約257円）
<p>※メニュー例「ハム&チーズ」「ツナマヨサンド」</p> <p>【セット内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食パン（8つ切り×4袋） ・ロースハム（11枚入り） ・スライスチーズ（12枚入り） ・ツナ缶（3缶） ・マヨネーズ（200mg） ・コーンクリームスープ（8袋入り） <p>※食材の他に、燃料としてカセットコンロ用ガスの持込みが必要となる。</p> <p>※その他具材（レタス、チョコバナナ、あんバター、はちみつ等）は、お好みで持参することもできる。（別途用意）</p>	

- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、食材（持ち込みの場合）、食器用洗剤、スポンジ、ふきん、ペーパータオル、オリーブオイル カセットガス
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、野外炊事にふさわしい服装
自然の家	ホットサンドメーカー、食材セット、炊事道具、食器、カセットコンロ、ポット、やかん、 tong、無線機（1台）、バケツ水 ※施設・用具の詳細は、ホームページ「利用のてびき」で確認できる。

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	3～4名。焼く、切るなど調理のそれぞれのポイントで安全指導を行う。終了後、ゴミの片づけをする。
用具担当者	1名。用具の準備、後片づけを指導する。（最終確認は自然の家職員が行う。）

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・炊事の手順、安全管理、服装（・帽子・軍手・汗ふきタオル）について説明 ・調理器具、食器の貸出と準備
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・スープ用のお湯を沸かしておく。（活動支援者） ・手順に従って炊事を開始 <ol style="list-style-type: none"> ① 好きな具材を、食パンにはさむ。 ② ホットサンドメーカーにはさみ、カセットガスで両面をじっくりとまんべんなく焼く。 <ul style="list-style-type: none"> ※ ホットサンドメーカーにはオリーブオイルを薄く塗る。 ※ 火加減は小～中火で焼く。 ※ 時々焼き加減をチェックしながら、両面を焦がさずに焼く。 ③ トングを使い、やけどに注意しながら、ホットサンドメーカーから取り出し、まな板の上でお好みの大きさにカットする。 <ul style="list-style-type: none"> ※ 1/2カット、1/4カット、どちらも好みでかまわない。 ※ やけどしないよう、トングを使って取り出す。 ④ アツアツ、できたてをみんなでおいしくいただく ・後片づけ ・使用した調理器具、食器をきれいに洗い、ふきん等で水気をきる作業 <ul style="list-style-type: none"> ※自然の家職員の確認を受けてから収納する。
終了後	<ul style="list-style-type: none"> ・カセットコンロはガスを外し、ペーパータオルなどで掃除 ・ゴミは、自然の家ゴミ集積庫へ運搬 ・各テーブル周りの清掃・点検



6 実施上の留意点

- ・活動人数に応じ、ホットサンドメーカーで焼く場所を各テーブル（小人数の場合）、または、かまど付近（大人数の場合）と工夫することで、安全かつ効率よく炊事することができる。
 - ・食材セットを利用する場合は、土日を除く4日前までに、セット数を自然の家に連絡する。また、当日決められた時間に引率者がキャンプセンターで納入業者から食材を受領する。
 - ・ホットサンドメーカー、カセットコンロは各15台が使用可能である。
 - ・活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10～15分）
 - ・ゴミの分別は、五所川原市の区分に従って行うこととする。
- 【キャンプセンター利用における留意点】
- ・調理で出た生ゴミ、段ボールなどのゴミ類は、利用団体がゴミ集積庫まで運んで捨てる。
 - ・食器類及び調理器具は水気をすべて拭き取り、職員の点検を受けてから返却する。
 - ・衛生上の観点から、自然の家が貸し出す包丁では肉や魚などの生ものは切らない。まな板の上にも生ものを置かない。

7 安全に実施するためのポイント

- ・やけど防止用のバケツ水を用意する。
- ・焼く作業（食パンの出し入れ含む）は、やけど防止のため大人の指導者が見守るようにする。
- ・カセットコンロの周りに用具や食材などを散乱させておかない。また、火の近くでは走ったり、ふざけたりしないように注意する。



野外炊事「ピザ」

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・仲間と協力しながら炊事を行うことで、連帯意識を高めることができます。
- ・火（炭火）を使う活動を行うことにより、火の便利な面と危険な面を体験することができます。

【教科への対応】 小学校：家庭、総合など 中学校：技術・家庭、総合など

2 活動の概要

バーベキューコンロで炭火をおこし、ピザ専用オーブンをを使ってオリジナルのピザを作ります。また、団体が持ち込んだ食材で炊事することもできます。



<調理の様子>

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 小学校3年生～中学生・高校生
- (3)期間 4月下旬～10月下旬
- (4)時間 2～3時間（説明20分＋活動100分～160分）
- (5)場所 キャンプセンター
- (6)経費 以下の食材費参照

ピザセット（14枚28人分）	5,751円（1人当たり約206円）
【セット内容】	
<ul style="list-style-type: none"> ・強力粉（1kg） ・薄力粉（1kg） ・ドライイースト（2箱） ・ミニトマト（3パック） ・ピーマン（4個） ・しめじ（2パック） ・ウインナー（5パック） ・とろけるチーズ（4パック） ・ピザソース（3本） 	
※オリーブオイル、塩は少量しか使わないので団体がまとめて用意する。	
※その他、ベーコン、サラミ、玉ねぎなどは、お好みで用意する。	
※食材の他に、燃料として木炭が必要となる。（300円/オガ備長炭1kgで購入できる。）	

(7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、食材（持ち込みのもの）、食器用洗剤、スポンジ、ふきん、ペーパータオル、クッキングシート、ラップ、ビニール袋（12号程度）
個人	汗ふきタオル、軍手、野外炊事にふさわしい服装
自然の家	食材セット、炊事道具、食器、火ばさみ、マッチ、炭、着火剤、皮手袋、無線機（1台）、油性マジック、バケツ水 ※施設・用具の詳細は、ホームページ「利用の手引き」で確認できる。

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	2～3名。切る、トッピング、焼くなど調理のそれぞれのポイントで安全指導を行う。終了後のバーベキューコンロ、炭、ゴミの片付けをする。
用具担当者	1名。用具の準備、後片づけを指導する。（最終確認は自然の家職員が行う。）

5 活動の流れ

	内 容	
説明準備	<ul style="list-style-type: none"> ●炊事の手順、安全管理、服装（長袖・長ズボン・軍手・汗ふきタオル）について説明 ●調理器具、食器の貸出 ※炭起こしは自然の家職員が行う 	
活動	●それぞれの手順で炊事を開始	
	全 員	
	<ul style="list-style-type: none"> ・ピザの生地作りを行う（作り方は別紙資料を参照） ※ピザ生地用小麦粉等の調合は、事前に行ってくると時間の節約になる ・生地の発酵（30分程度）※発酵時間を利用して以下のことを行う 	
	具材係	オープン係
	<ul style="list-style-type: none"> ・ピザの具材を切って準備 ・ピザソースやクッキングシートを準備 	<ul style="list-style-type: none"> ・BBQコンロの組み立て ・ピザオープンをセット
	全 員	
<ul style="list-style-type: none"> ・ピザ生地をのばし、ピザソースをぬって具材をトッピングする ・ピザオープンで焼いてもらう（約10分間） ・焼き上がったピザをカットする 		
	<ul style="list-style-type: none"> ●グループメンバーで会食後、後片付け ●炭の燃えかすは、消し炭入れ用バケツ（ふた付き）に収納し、BBQコンロを解体する（オープン係） ●使用した調理器具や食器をきれいに洗い、ふきん等で水気をきる作業（具材係） ※自然の家職員の確認を受けてから収納する。 	
終了後	<ul style="list-style-type: none"> ●ゴミは、自然の家ゴミ集積庫へ運搬 ●各テーブル周りの清掃・点検 	



6 実施上の留意点

- ・当日決められた時間に引率者がキャンプセンターで納入業者から食材を受領する。
 - ・ピザオープンは12台まで利用できるため、ひと班で焼く回数を検討の上班編制する。
 - ・活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10～15分）
 - ・ゴミの分別は、五所川原市の区分に従って行うこととする。
- 【キャンプセンター利用における留意点】
- ・調理で出た生ゴミ、段ボールなどのゴミ類は、利用団体がゴミ集積庫まで運んで捨てる。
 - ・食器類及び調理器具は水気をすべて拭き取り、職員の点検を受けてから返却する。
 - ・衛生上の観点から、自然の家が貸し出す包丁では肉や魚などの生ものは切らない。まな板の上にも生ものを置かない。
 - ・火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣を検討する必要がある。

7 安全に実施するためのポイント

- ・火（炭火）に近づくときは、首にタオルを巻く。
- ・火（炭火）の管理や料理の運搬では、必ず軍手または皮手袋を着用する。
- ・やけど防止用のバケツ水を用意する。
- ・バーベキューコンロの周りを走ったり、ふざけたりしないように注意する。

8 資料へのリンク

ピザの詳しい資料は、ホームページのトップページ「活動プログラム一覧」バナーから入り、「野外活動プログラム」「野外炊事（ピザ）」の項からリンクがある。



野外炊事「流しそうめん」

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・仲間と協力しながら炊事や食事をする事で、連帯意識を高めることができます。
- ・火（コンロ）を使う活動により、火の便利な面と危険な面を体験することができます。

【教科への対応】 小学校：家庭など 中学校：技術・家庭など

2 活動の概要

カセットコンロを使ってそうめんをゆでて、薬味のねぎなどを刻む作業を行った後、流し場に設置した「雨どい」を利用して「流しそうめん」を楽しみます。

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 どの年齢でも実施可
- (3)期間 4月下旬～10月下旬
- (4)時間 2時間（説明20分＋活動100分）
- (5)場所 キャンプセンター、自然の家体育館横
- (6)経費 以下の食材費参照



<活動の様子>

そうめんセット（10人分）	1,006円（1人当たり約101円）
【セット内容】	
・そうめん（500g×2） ・つゆ（1リットル：3倍希釈） ・ねぎ（1本）	
※その他、お好みでミニトマト、さくらんぼ、ミニゼリーなど流すことができる。（別途用意）	
※量的に物足りない場合は、おにぎり等を持参してもよい。	
※食材の他に、燃料としてカセットコンロ用ガスの持込みが必要となる。	

- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、食材（持ち込みのもの）、食器用洗剤、スポンジ、ふきん、ペーパータオル、新聞紙、ポリ手袋（そうめんを流すときに使う。）、カセットガス
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、野外炊事にふさわしい服装
自然の家	食材セット、炊事道具、食器、カセットコンロ、皮手袋、無線機（1台） バケツ水 ※施設・用具の詳細は、ホームページ「利用の手引き」で確認できる。

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	3～4名。切る、煮る、水洗いなど調理のそれぞれのポイントで安全指導を行う。 終了後、ゴミの片付けをする。（役割分担によっては、そうめんを流す）
用具担当者	1名。用具の準備、後片づけを指導する。（最終確認は自然の家職員が行う。）

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> 炊事の手順、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手・汗ふきタオル）について説明 調理器具、食器の貸出 雨どいの設置とアルコール消毒作業
活 動	<ul style="list-style-type: none"> 手順に従って炊事を開始 <ol style="list-style-type: none"> カセットコンロにずんどう鍋をかけてお湯を沸かす。 ※そうめん 100g に対し、およそ1リットルのお湯が必要となる。 そうめんを入れて、吹きこぼれないように約2分間、ゆでる。 ※ゆで上がりは、そうめんを1～2本食べてみて判断する。 ゆで上がったらざるにあけて、出しっぱなしの水で手もみ洗いをする。 ※鍋の運搬、ざるにあける作業は大人が行う。 ぬめりがとれたら水をきり、ざるに入れておく。 ねぎを細かく刻んで、めんつゆを一人分ずつ器に準備する。 グループで「流しそうめん」をしながら楽しく食べる。 ※流し場にセッティングした雨どいに水道水を流しながら、そうめんを流す。（流す係は引率者が行うなど、あらかじめ決めておく。） ※そうめんを取る側は、場所をローテーションするなど、工夫が必要である。 ※利用団体で、流す食材「ミニトマト」「さくらんぼ」「ミニゼリー」「缶詰のみかん」などを準備しておけば、より楽しい会食とすることができる。 ※児童・生徒が活動中に担当できる役割として、「ねぎなどの薬味を刻む」「やかんに、めんつゆを入れて水で希釈する」「そうめん等を流す（交代で行う）」等がある。そうめんを茹でて洗うまでの活動は、引率者が行う。 後片付け 使用した「雨どい」や調理器具、食器をきれいに洗い、ふきん等で水気をきる作業 ※自然の家職員へ無線で連絡し、確認を受けてから収納する。
終了後	<ul style="list-style-type: none"> カセットコンロはガスを外し、ペーパータオルなどで掃除 ゴミは、自然の家ゴミ集積庫へ運搬 「雨どい」をきれいにし元の場所へ返却 各テーブル周りの清掃・点検

6 実施上の留意点

- 食材セットを利用する場合は、土日を除く4日前までに、セット数を自然の家に連絡する。また、当日決められた時間に引率者がキャンプセンターで納入業者から食材を受領する。
- 流しそうめん用の「雨どい」は6台まで利用できる。ひと班は10人程度で、班の数が多い場合は、前半・後半に分けるなど、工夫が必要となる。
- 活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10～15分）
- ゴミの分別は、五所川原市の区分に従って行うこととする。

【キャンプセンター利用における留意点】

- 調理で出た生ゴミ、段ボールなどのゴミ類は、利用団体がゴミ集積庫まで運んで捨てる。
- 食器類及び調理器具は水気をすべて拭き取り、職員の点検を受けてから返却する。
- 衛生上の観点から、自然の家が貸し出す包丁では肉や魚などの生ものは切らない。まな板の上にも生ものを置かない。

7 安全に実施するためのポイント

- 火の管理や料理の運搬では、必ず軍手または皮手袋を着用する。
- やけど防止用のバケツ水を用意する。
- カセットコンロの周りに用具や食材などを散乱させておかない。また、火の近くでは走ったり、ふざけたりしないように注意する。



棒パンづくり

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 仲間や友達と一緒にになって調理を行うことで、野外活動の楽しさを味わうことができます。
- 火（炭火）を使う活動を行うことにより、火の便利な面と危険な面を体験することができます。

【教科への対応】 小学校：生活、家庭、総合など 中学校：技術・家庭、総合など

2 活動の概要

小麦粉を練り、発酵させた生地を竹の棒に巻き付け炭火でじっくりと焼いてパンを作る活動です。バターなどのトッピングを加えることでより活動の楽しさを味わうことができます。



<活動の様子>

- (1)人数 120人以内
- (2)対象 どの年齢でも実施可
- (3)期間 4月下旬～10月下旬
- (4)時間 1.5～2時間（説明10分+活動80分～110分）
- (5)場所 キャンプセンター
- (6)経費 無料（食材・木炭は団体で準備）
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、食材、木炭・着火剤、アルミホイル、ナイロン袋（280×410×0.03mm程度） ※必要に応じて、紙皿、クッキングシート、バター等トッピング ※パン生地は、業者から購入し持参しても結構です。
個人	汗ふきタオル、軍手、野外炊事にふさわしい服装
自然の家	BBQコンロ、竹棒、ボール、火ばさみ、マッチ、油性マジック、バケツ水

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。こども達の活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。 終了後のバーベキューコンロ、炭、ゴミの片付けをする。
用具担当者	1名。用具の準備、後片づけを指導する。（最終確認は自然の家職員が行う。）

【材料：1人分】

1	小麦粉（強力粉）	100g
2	ドライイースト	2g
3	砂糖	15g
4	食塩	2g（小さじ1/2）
5	水（ぬるま湯が望ましい）	50cc
6	サラダ油	小さじ1



5 活動の流れ

	内 容
説明準備	<ul style="list-style-type: none"> ●調理の手順、安全管理、服装（長袖・長ズボン・軍手・汗ふきタオル）について説明 ●用具の貸出
活動	<p>① 生地作り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ナイロン袋に「材料1～4」を入れて粉がよく混じるように振る。 ・水を50cc入れて袋の上からこねる。 <p>※袋の中に空気を含ませ、生地がまとまるようにこねていく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ある程度まとまったら、サラダ油を入れる。 ・袋の口を軽くしばる。 <p>② 炭おこし</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生地作りが終わったタイミングで行う。（引率者） <p>③ 発酵</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ステンレボールに生地を入れ炭起こしのBBQコンロの近くに置いて45分程度発酵させる。 <p>※時々、場所替えをしながら均一に熱が行き渡るようにする。</p> <p>④ 生地の巻き付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ・竹の棒の先端に30cm程度のアルミホイルを巻き付ける。 ・アルミホイルの上から、生地を巻き付けていく。（厚さをやや薄く均等に） <p>※学年によっては、テーブルにクッキングシートを敷いて、棒状に伸ばしてから巻くとよい。</p> <p>⑤ パン焼き</p> <ul style="list-style-type: none"> ・遠火でじっくりと、竹の棒をまわしながらまんべんなくパンを焼く。 <p>⑥ 会食</p> <ul style="list-style-type: none"> ・できあがったパンを棒から回すようにし外す。 <p>※必要に応じてバターやジャムなどをトッピングしてもよい。</p> <p>⑦ 後片付け</p>
終了後	<ul style="list-style-type: none"> ●燃え残った炭はキャンプセンター小屋横にあるドラム缶の中にする。 ●各テーブル周りの清掃・点検



6 実施上の留意点

- ・調理で出た生ゴミ、段ボールなどのゴミ類は、利用団体がゴミ集積庫まで運んで捨てる。

7 安全に実施するためのポイント

- ・火（炭火）に近づくときは、首にタオルを巻く。
- ・やけど防止用のバケツ水を用意する。
- ・バーベキューコンロの周りを走ったり、ふざけたりしないように注意する。
- ・火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣に留意する必要がある。



スノーシューハイキング

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・積雪期にしかできない活動をとおして、雪国の自然に親しむことができます。
- ・動物の足跡や樹木の冬芽等を観察することにより、生命の営みが冬でも続いていることに気づくことができます。

【教科への対応】 小学校：体育、理科など 中学校：保健体育、理科など

【関連する活動プログラム】 自然ふれあいハイク（四季を通じて実施できる）

【組合せ可能な活動プログラム】 チューブそり遊びなど

2 活動の概要

スノーシューをはいて白銀のフィールドを歩き、アニマルトラッキングや冬芽の観察をする活動です。冬でもたくましく活動している動物たちや、寒さに耐えじっと春を待つ植物たちを観察します。

(1) 人数 80人以内

※一度に実施できるのは40人程度のため、
他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 小学校3年生～中学生・高校生

(3) 期間 1月上旬～3月上旬

(4) 時間 1～1.5時間（説明20分+活動40～70分）

(5) 場所 自然の家活動エリア

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明
（直接または間接指導）を行う。



＜活動の様子＞

3 準備物

団 体	救急薬品
個 人	帽子、手袋、長靴、冬の野外活動に適した服装
自然の家	ビブス、スノーシュー、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内 容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。隊列の前後や途中に付き、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

◎自然の家で見られる冬芽・足跡の例



＜オオカメノキ＞



＜ホオノキ＞



＜オニグルミ＞



＜オオバクロモジ＞



＜ノウサギ＞



＜ニホンリス＞

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> 安全管理、服装（防寒着・帽子・手袋）、スノーシューについて説明 ビブス、スノーシューの貸出
活 動	<ul style="list-style-type: none"> 動物の足跡、食跡、排泄物等を手がかりに、雪の中での行動を想像する。 樹木の冬芽や葉痕を観察し、冬でも生命の営みが続いていることに気づく。 人員の確認をする。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ふりかえり 借用物品の返却（無線機は事務室へ返却）

6 実施上の留意点

- 冬の屋外での活動なので、事前・事後の健康管理に気をつける。
- コース上にトイレはないので、出発前に必ずトイレを済ませるようにする。
- 長靴のサイズが小さい場合は、スノーシューが外れやすいので装着状況を確認する。また、コースの圧雪状況によっては、スノーシュー無しで観察活動を楽しむことも十分可能である。
- 直前の踏査が必要であるため活動時間の設定は、踏査時間を加味した余裕のあるものとする。
- コースについては事前に職員と相談の上、決めることができる。
- 春～秋は「自然ふれあいハイク」として実施することで同等のねらいが達成可能である。

7 安全に実施するためのポイント

- 荒天時は中止する。
- 実施当日に、コースの安全確認を行う。

8 資料のリンク

※見所マップの詳しい資料は、当所ホームページのトップページ「活動プログラム一覧」バナーから入り、「野外活動プログラム」「スノーシューハイキング」の項からリンクがある。

9 活動エリア





チューブそり遊び

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 冬の自然の中で活動する楽しさを味わい、自然に親しむ心を育てることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 スノーシューハイキングなど

2 活動の概要

自然の家のスキー場跡地などに作った専用コースでタイヤチューブそりに乗り、滑走を楽しむ活動です。

(1) 人数 80人以内

※一度に実施できるのは40人程度のため、
他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 小学校3年生～中学生・高校生

(3) 期間 1月上旬～3月上旬

(4) 時間 1～1.5時間（説明10分+活動50～80分）

(5) 場所 自然の家スキー場跡地

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<活動の様子1>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	帽子、手袋、長靴、冬の野外活動にふさわしい服装
自然の家	チューブそり（大、小）、ヘルメット（Lサイズ、Mサイズ、Sサイズ）、スコップ、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール	2名。スタート係は、ゴール係から安全確認完了の合図を受けてスタートさせる。ゴール係は、チューブそりがゴールしてコース内の安全が確認できたら、スタート係へ合図を送る。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<活動の様子2>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・服装（防寒着・帽子・手袋・ヘルメット）、チューブそりの扱い方及び安全な乗り方について説明 ・ゴールした後の待機場所までの登り方と待機の仕方について確認
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・スタート係の合図で1人ずつ滑走を行う。 ・チューブそりのゴールを確認して、ゴール係はスタート係へ合図を送る。 ・時間まで、楽しくそり滑走を行う。 ・終了時には、待機場所で人員の点呼と安全確認及び貸出物品の確認を行う。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり ・借用物品を返却（無線機は事務室へ返却）

6 実施上の留意点

- ・実施にあたっては、引率者が自分の目で事前にコースを確認することが必要である。
- ・ゴール後チューブそりを引きながら待機場所まで登ることになるが、相当時間がかかるためチューブそりは2～3人で1つの割合で準備する必要がある。
- ・移動時には、雪の無い場所でチューブそりを引きずらせないようにする。

7 安全に実施するためのポイント

- ・荒天時は中止する。
- ・活動支援者はコースの修正が必要な場合、スコップで整備する。
- ・スタート前に参加者の服装とヘルメットの装着状況を確認する。
- ・スタート係とゴール係以外に、飛び出しやすいコーナーには必ず引率者を配置する。
- ・気温が低く、コースがアイスバーンとなっているときはスピードが出るので、スタートを下げるなどの配慮をする。
- ・2人乗りは原則禁止とする。
- ・ゴール後、待機場所まで登ってくるときに、チューブそりを放してしまう場合があるが、遠くまで落ちた場合には、引率者が回収する。



<活動の様子3>



スノーランド遊び

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 冬の自然の中でそり遊びを中心とした様々な活動をする楽しさを味わい、自然に親しむ心を育むことができます。

【教科への対応】 小学校：体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 雪のようせいづくり、雪上運動会、チューブそり遊びなど

2 活動の概要

つどいの広場に作られた雪山を使って、スノーチューブなどの各種そり遊びを楽しむ活動です。他にも的当てなどのミニゲームを行い、雪を使った活動の楽しさを存分に味わうことができます。

(1) 人数 40人以内

※一度に実施できるのは20人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 幼児～小学4年生

(3) 期間 1月下旬～3月上旬

(4) 時間 1～2時間（説明・準備40分＋活動80分）

(5) 場所 つどいの広場

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



＜活動の様子＞

3 準備物

団 体	救急薬品
個 人	帽子、手袋、長靴、冬の野外活動にふさわしい服装
自然の家	各種そり（スノーチューブ、プラスチックそり、ヒップそりスライダー等） ミニゲームコーナー用具（雪玉的当て用的、モルック、ペタンク） ※必要に応じてヘルメット

4 引率者の役割分担

役割名	内 容
代表責任者	1名。責任者として、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。各活動中の安全管理やゲーム中のルール周知、用具類の準備と後始末を行う。
安全管理者	ゴール付近で、そりが安全に止まれるよう見守る。





＜スノーチューブ＞



＜雪玉的あて＞

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> • ルール、安全管理、服装（防寒着・帽子・手袋）について説明 • 活動場所と活動時間について確認
活 動	<p>[各種そり遊び]</p> <ul style="list-style-type: none"> • 自分の好きなそりを選んで、順番を守りながら楽しむ。 ※ スタートとゴールに配置した職員で安全確認しながらスタートさせる。 ※ 坂を上るときは、右側を上ることとする。 <p>[ミニゲームコーナー]</p> <ul style="list-style-type: none"> • 雪玉的当て：板材で作られた獲物に向かって雪玉をなげて当てる。 • モルックボーリング：1人3回モルックを投げ、12本のスキttlを多く倒す。 • ペタンクダーツ：1人5球をフラフープの中心めがけて投げ入れる。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p><モルックボーリング></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><ペタンクダーツ></p> </div> </div>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> • 感想発表などふりかえりをする。 • 汗の始末、着替えなど健康管理にあたる。 • 活動支援者は用具の後始末や返却をする。

6 実施上の留意点

- 活動時間等により、上記活動をどのように組み合わせて実施するか予め職員と相談しておく。
- トイレは、自然の家館内を使用することができる。

7 安全に実施するためのポイント

- 荒天時は中止する。
- そりコースがアイスバーンの時は、ヘルメットを着用する。





雪上運動会

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・雪を使って体を動かす活動をとおして、雪国の自然に親しむことができます。
- ・協力しながらグループで活動することによって、交流を深めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育、学級活動など

【組合せ可能な活動プログラム】 スノーランド遊び、チューブそり遊び（プラそり遊び）
スノーシューハイキング、雪のようせいづくりなど

2 活動の概要

雪上で、宝探しゲームやそり引きリレー等の体を使った様々な活動を行います。グループ対抗で得点を競い、冬期の運動会として楽しむことができます。

- (1)人数 80人以内
- (2)対象 どの年齢でも実施可
- (3)期間 1月上旬～2月下旬
- (4)時間 1～1.5時間（説明20分＋活動40～70分）
- (5)場所 星見の広場、営火場、キャンプ場
- (6)経費 無料
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	帽子、手袋、長靴、冬の野外活動に適した服装、着替え（替えの靴下など）
自然の家	各種目で使用する用具一式、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



＜スノー・タワーの活動風景＞



＜そりリレーの活動風景＞

5 活動の流れ

	内 容														
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> 各種目のルール、安全管理、服装（防寒着・帽子・手袋）について説明 用具の貸出、活動準備等 														
	<ul style="list-style-type: none"> 対象学年や活動時間に応じて数種目選択して競技を行う。 ※1 種目ごとに順位や得点を発表し、勝敗を告げます。 <p><幼児・低学年向け></p> <table border="1"> <tr> <td>宝探しゲーム (リレー競技)</td> <td>雪上に置かれた宝箱（カップ）を1人1つずつ見つけて持ってくる。宝箱の中には、得点となる宝石や金貨などが入っていて、チームの合計得点を競う。</td> </tr> <tr> <td>雪玉入れ競争 (団体競技)</td> <td>半径3mの円の中心にそりを置き、そりに雪玉を入れる競争。制限時間終了後、そのの中の雪の重さをはかり、多く入っている（重い）チームが勝ち。</td> </tr> </table> <p><中・高学年向き></p> <table border="1"> <tr> <td>そり引きリレー (リレー競技)</td> <td>チーム内でペアと順番を決めてから行う。そりで折返し地点（コーン）をまわって交代（リレー）する。 ※リレーする回数がそろっているのを確認してからスタート</td> </tr> <tr> <td>スノー・タワー競争 (団体競技)</td> <td>チームで協力して雪を積み上げ、制限時間内にどれだけ高いスノー・タワーを作れるかを競う。 ※チームにバケツを貸し出す</td> </tr> </table> <p><共通></p> <table border="1"> <tr> <td>雪上しっぽ取り ゲーム (個人・団体競技)</td> <td>雪上の決められたスペースの中で、背中（腰のあたり）に付けたしっぽ（ひも）を取り合うゲーム。個人戦でもグループ対抗でも実施できます。</td> </tr> <tr> <td>スノー・モルックた おし競争 (リレー競技)</td> <td>モルックという棒を投げて、雪上に並べられた12本の的（スキttl）をたおすゲーム。規定の場所まで走り、的を狙って棒を投げる。たおした的と投げた棒を拾って、次の人にリレーする。全ての的を早くたおしたチームの勝ち。</td> </tr> <tr> <td>雪上パタンク (団体競技)</td> <td>各チームに6球ずつ球をわたし、交互に得点の記された的を狙って投げる。全ての球を投げた後、どちらのチームの得点が多いかを競うゲーム。</td> </tr> </table>	宝探しゲーム (リレー競技)	雪上に置かれた宝箱（カップ）を1人1つずつ見つけて持ってくる。宝箱の中には、得点となる宝石や金貨などが入っていて、チームの合計得点を競う。	雪玉入れ競争 (団体競技)	半径3mの円の中心にそりを置き、そりに雪玉を入れる競争。制限時間終了後、そのの中の雪の重さをはかり、多く入っている（重い）チームが勝ち。	そり引きリレー (リレー競技)	チーム内でペアと順番を決めてから行う。そりで折返し地点（コーン）をまわって交代（リレー）する。 ※リレーする回数がそろっているのを確認してからスタート	スノー・タワー競争 (団体競技)	チームで協力して雪を積み上げ、制限時間内にどれだけ高いスノー・タワーを作れるかを競う。 ※チームにバケツを貸し出す	雪上しっぽ取り ゲーム (個人・団体競技)	雪上の決められたスペースの中で、背中（腰のあたり）に付けたしっぽ（ひも）を取り合うゲーム。個人戦でもグループ対抗でも実施できます。	スノー・モルックた おし競争 (リレー競技)	モルックという棒を投げて、雪上に並べられた12本の的（スキttl）をたおすゲーム。規定の場所まで走り、的を狙って棒を投げる。たおした的と投げた棒を拾って、次の人にリレーする。全ての的を早くたおしたチームの勝ち。	雪上パタンク (団体競技)	各チームに6球ずつ球をわたし、交互に得点の記された的を狙って投げる。全ての球を投げた後、どちらのチームの得点が多いかを競うゲーム。
宝探しゲーム (リレー競技)	雪上に置かれた宝箱（カップ）を1人1つずつ見つけて持ってくる。宝箱の中には、得点となる宝石や金貨などが入っていて、チームの合計得点を競う。														
雪玉入れ競争 (団体競技)	半径3mの円の中心にそりを置き、そりに雪玉を入れる競争。制限時間終了後、そのの中の雪の重さをはかり、多く入っている（重い）チームが勝ち。														
そり引きリレー (リレー競技)	チーム内でペアと順番を決めてから行う。そりで折返し地点（コーン）をまわって交代（リレー）する。 ※リレーする回数がそろっているのを確認してからスタート														
スノー・タワー競争 (団体競技)	チームで協力して雪を積み上げ、制限時間内にどれだけ高いスノー・タワーを作れるかを競う。 ※チームにバケツを貸し出す														
雪上しっぽ取り ゲーム (個人・団体競技)	雪上の決められたスペースの中で、背中（腰のあたり）に付けたしっぽ（ひも）を取り合うゲーム。個人戦でもグループ対抗でも実施できます。														
スノー・モルックた おし競争 (リレー競技)	モルックという棒を投げて、雪上に並べられた12本の的（スキttl）をたおすゲーム。規定の場所まで走り、的を狙って棒を投げる。たおした的と投げた棒を拾って、次の人にリレーする。全ての的を早くたおしたチームの勝ち。														
雪上パタンク (団体競技)	各チームに6球ずつ球をわたし、交互に得点の記された的を狙って投げる。全ての球を投げた後、どちらのチームの得点が多いかを競うゲーム。														
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表 後片付け、借用物品の返却 														

6 実施上の留意点

- 各種目のルールについて把握しておく。
- 人数を合わせる必要がある種目に関しては、グループごとの人数調整を図る。
- 冬の屋外での活動なので、事前・事後の健康管理に気をつける。
- 営火場やキャンプ場で行う場合、トイレはないので出発前に必ずトイレを済ませるようにする。

7 安全に実施するためのポイント

- 荒天時は中止する。



雪灯籠づくり

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・積雪期にしかできない活動をとおして、雪国の自然に親しむことができます。
- ・グループで協力して完成させる喜びを味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：技術・家庭など

2 活動の概要

雪の塊を削り、灯籠の形を作り、横に穴をあけて中に、キャンドル等を入れ点火し、雪灯りを楽しみます。削るもとになる雪の塊は、リンゴ箱に雪を詰めて作ったブロックを積み上げて作ります。

- (1)人数 80人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 1月～2月
- (4)時間 1.5～2時間（説明20分+活動70～100分）
- (5)場所 自然の家活動エリア
- (6)経費 無料
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

3 準備物

団体	救急薬品、キャンドル
個人	汗ふきタオル、帽子、手袋、長靴、冬の野外活動にふさわしい服装
自然の家	スノーソー、スノースコップ、リンゴ箱、バケツ、移植ベラ等

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<雪ブロックを積む>



<雪灯籠の形を整える>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・製作方法について説明 ・用具の使い方と安全管理について説明
活 動	<p>① 場ならし</p> <ul style="list-style-type: none"> ・雪を踏み固めて、作成する場をつくる。 <p>② 雪ブロックづくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リンゴ箱に、スノースコップで1／3程度の雪を入れ、踏み固める。続けて雪を入れて同じように踏み固め、しっかりとしたブロックを完成させる。 ※4つの隅をかかとでしっかりと踏み固める。 <p>③ 雪ブロックの積み上げ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・①の場所に、雪ブロックを2列ずつ3～4段積み上げ、直方体の塊を作る。 ブロックは段ごとに90°回転させる。 ・ブロック同士の隙間は、雪で埋め、きれいな面に仕上げる。 <p>④ イメージを描く</p> <ul style="list-style-type: none"> ・直方体の雪塊の面に、削るイメージをスノーソーで描く。 <p>⑤ 削る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スノーソーや移植ベラなどを使い、塊の上から削る。 ・はじめに「笠（屋根）」を形作り、次に「火袋（キャンドルを入れる部屋）」、「中台（火袋の台）」、「竿（中台を支える柱）」、「基礎（いちばん下の台）」の順で形成する。 ・「笠」のてっぺんに「宝珠（ほうじゅ）」を付けてもよい。 ※「宝珠」とは、仏教でいう宝の玉のこと。 ※削り過ぎたり、角が崩れてもその部分に雪をくっつけ、何回でも補修できる。 <p>⑥ キャンドルを入れる横穴を作って完成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・火袋の横から穴をあけ、キャンドルを入れる横穴を作る。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり ・借用物品を返却

6 実施上の留意点

- ・雪質により雪が固まらない場合があり、実施が難しいことがある。
- ・ブロックを4段積む場合、引率者による補助が必要である。

7 安全に実施するためのポイント

- ・用具は使用していないときは決まった場所に置いておく。（散乱させておかない。）
- ・スノーソー、スノースコップ、移植ベラ等の扱いには十分注意する。
- ・ブロックを作る雪は決められた場所から集める。（ランダムに雪をとると穴になって危険。）



雪のようせいづくり

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 雪と自然物を使って雪像（雪の妖精）を作る楽しさを味わい、想像力と雪に親しむ心を育むことができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など

【組合せ可能な活動プログラム】 スノーランド遊び、雪上運動会、チューブそり遊びなど

2 活動の概要

バケツやボウル等を使い、自然物を組み合わせて雪像（雪の妖精）を作る活動です。想像力を生かして個性的な雪像を作ることで、雪を使った活動の楽しさを存分に味わうことができます。

- (1) 人数 40人以内
- (2) 対象 幼児～小学4年生
- (3) 期間 1月下旬～3月上旬
- (4) 時間 1～1.5時間（説明・準備10分+活動50分～80分）
- (5) 場所 自然の家活動エリア
- (6) 経費 無料
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	帽子、手袋、長靴、冬の野外活動にふさわしい服装
自然の家	バケツ大・小、ボウル、移植バラ、小枝等自然物、剪定ばさみ・ドライバー(引率者用)

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具支援者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<バケツで雪ブロックを作る>






<小枝等の自然物をつける>



<並べて作って、記念写真>

5 活動の流れ

	内 容	
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・製作方法について説明 ・用具の使い方と安全管理について説明 	
活 動	<p>① 雪ブロックづくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バケツやボウルなどに雪を積み作ったブロックや球体を数段積み上げる。 <p>② 飾り付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ・木の輪切りや小枝、松ぼっくりなどをあしらってユニークな雪像（雪の妖精）を自由に作って楽しむ。 ※自然物の長さの調節等は、引率者が剪定ばさみ等で切ってあげるとよい。 ※小枝等が刺しづらい場合には、引率者がドライバー等で雪像に穴をあけてあげるとよい。 <p>③ 鑑賞会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お互いの作品を見て、良い所を伝え合う。 ・雪像（雪の妖精）と記念写真を撮る。 	  
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・作った感想発表などふりかえりをする。 ・活動支援者は用具の後始末や返却をする。 	

6 実施上の留意点

- ・雪質により雪が固まらない等、実施が難しい場合がある。
- ・ブロックを何段も積んで高くする場合、引率者による補助が必要である。

7 安全に実施するためのポイント

- ・用具を使用していない時は、決まった場所に置いておく。（散乱させておかない。）
- ・移植バレー等の扱いには十分注意する。
- ・ブロックを作る雪は決められた場所から集める。（ランダムに雪をとると穴になって危険。）





ぶんぶんアイス

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・積雪期にしかできない活動をとおして、雪国の自然に親しむことができます。
- ・グループで協力して完成させる喜びを味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：理科、家庭など 中学校：理科、技術・家庭など

2 活動の概要

チャック付き袋に入れたアイスの材料を、塩をまぶした雪を入れたビニール袋に入れ、さらにそのビニール袋をシートで包み、2人で勢いよく振ります。材料は袋の中で急冷されながら程よく混ざり、約10分でおいしいアイスが出来上がります。



<調理例>

- (1)人数 80人以内
- (2)対象 小学校3年生～中学生・高校生
- (3)期間 1月～2月
- (4)時間 1時間（説明10分+活動50分）
- (5)場所 自然の家活動エリア
- (6)経費 無料（食材は団体で準備）
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、下記食材（例は2人分） チャック付き袋（小）、ビニール袋（中）、会食用紙コップ、会食用スプーン
個人	汗ふきタオル、帽子、手袋、長靴、冬の野外活動にふさわしい服装
自然の家	計量カップ（計量用の目盛を付けたプラスチックコップでもよい） 古シート（グループ1枚）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

※ 材料：2人分

1	牛乳 ※種類別：「牛乳」がのぞましい。	100ml
2	植物性生クリーム	100ml
3	砂糖スティック（5g）	3本
4	食塩	計量カップ1
5	雪	ビニール袋中サイズ1袋分

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> • 作り方について説明 • 用具の使い方と安全管理について説明
活 動	<p>① チャック付き袋（小）に、砂糖・牛乳・生クリームを入れ、空気を抜いてチャックを閉じる。</p> <p>② ビニール袋に雪を入れる。全体に食塩をまぶし、中央部分に①を入れる。しっかりと袋の口を結ぶ。</p> <p>③ 古シート（バスタオルでもよい）に包み、端を結ぶ。</p> <p>④ 5～10分間ゆすったり、振りまわしたりする。</p> <p>⑤ 濃厚アイスの出来上がり。</p> <p>⑥ チャック付き袋のまわりの食塩をきれいに取り除き、チャックをあける。</p> <p>⑦ 紙コップにアイスを2人で分けて、スプーンで食べる。 ※下記のようなトッピング材を使うと、さらにおいしくなる。 （ココア粉末、チョコチップ、バナナチップ、ポッキー、リッツ等のクラッカー）</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> • ふりかえり • 借用物品を返却



6 実施上の留意点

- チャック付き袋のチャックを閉める時は、しっかりと中の空気を抜くこと。（空気が多いと、固まりにくくなります。）

7 安全に実施するためのポイント

- 食塩で冷却された雪は、約マイナス20℃まで冷えるので、凍傷に注意させる。そのため、手袋は必ず着用させる。
- 食塩のまじった雪は、他の人がさわらないような場所に捨てる。



<アイスのできあがり>



<アイスを食べる>



梵珠チャレンジ・ザ・ゲーム

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・記録に挑戦しながら運動する楽しさを味わうことができます。
- ・協力しながらグループで活動することによって交流を深めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 野外活動など

2 活動の概要

「チャレンジ・ザ・ゲーム」は、グループで交流しながら記録に挑戦し、遊び感覚で身体を動かす楽しさを味わえるスポーツ・レクリエーションで、日本レクリエーション協会が1980年代に考案したものです。当施設では、初めての方でも楽しく活動できるように、本来のルールを簡素化して実施しています。

(1) 人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生

(3) 期間 通年

(4) 時間 2時間（説明30分＋活動90分）

(5) 場所 体育館

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<バンブー・ダンス>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、ビブス、記録用紙、用具一式

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
種目担当者	実施種目数に応じて数名。各種目の記録確認、安全管理、活動支援を行う。



<ドリブル・リレー>



<ロープ・ジャンプ>

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目のルール、安全管理について説明 ・各グループに活動順番について説明 ・鉛筆、ピブス、記録用紙、用具一式の貸出、配付
活 動	<p>・種目ごとに記録にチャレンジする。（1種目10～15分程度）</p> <p><活動例></p> <p>①サークル・ジャンプ</p> <p>↓</p> <p>ロープにつながったボールをまわし、その円の中に1人ずつ入りながら順番に回ってくるロープを飛び越える。</p> <p>②バンブー・ダンス</p> <p>↓</p> <p>リズムに合わせて開閉する竹にはさまれないようにステップする。何回続けてステップできるかを競う。</p> <p>③キャッチング・ザ・スティック</p> <p>↓</p> <p>班員が横一列に並んでスティックを持ち、同時にスティックを2回床についた後、右に移動してスティックをキャッチ（受け渡し）する。何回キャッチできるかを競う。</p> <p>④ドリブル・リレー</p> <p>↓</p> <p>班員が横一列に並び、同時にボールを2回バウンドさせた後、右に移動する。何回移動できるかを競う。</p> <p>⑤ロープ・ジャンプ</p> <p>↓</p> <p>10mのロープを使った大なわとび。“全員が跳んだ回数”がチームのポイントとなる。</p>
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> ・結果発表 ・ふりかえり ・借用物品を返却

6 実施上の留意点

- ・各種目のルールについて確認しておく。

7 安全に実施するためのポイント

- ・ストレッチなど準備運動をしてから行う。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- ・「バンブー・ダンス」では、竹に指を挟まないように気をつける。
- ・「ドリブル・リレー」では、ボールが他の種目の妨げにならないように注意する。
- ・「ロープ・ジャンプ」は、場所を十分広く取って行う。



室内イニシアティブゲーム

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・グループで取り組むことによって仲間意識を高めることができます。
- ・グループ内での意思疎通を図り、協力する態度を養うことができます。
- ・課題を解決することでよろこびや満足感を味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：学級活動など 中学校：学級活動など

【組合せ可能な活動プログラム】 野外活動など

2 活動の概要

館内に設置した様々な課題を、グループで協力し解決する活動です。それぞれの課題を解決することも大切ですが、仲間同士が効果的に意思疎通を図り、協力して合意形成を図っていく過程が最も重要です。

(1) 人数 160人以内

※一度に実施できるのは80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生

(3) 期間 通年

(4) 時間 1.5時間（説明20分＋活動70分）

(5) 場所 体育館、研修室1・2

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<新幹線ゲーム>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、ピブス、ふりかえりカード、用具一式

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
ポイント担当	4～5名。各ポイントで、課題の出題を行い、計時、安全管理と活動補助をする。



<危険物処理班>



<日本列島>

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理について説明 ・各グループに活動順番について説明 ・鉛筆、ビブス、ふりかえりカード、用具一式の貸出、配付
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・各ポイントから活動順番に従って同時にスタート。 ・各ポイントで課題解決の方法を見つけ出す。（協力が大切！） <p>①ラインナップ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>角材の上に一列に並び、指導者は並び替えの順番（誕生日順等）を指示する。指示に従って並び替えをし、角材から落ちるとやり直しになる。</p> </div> <p>②日本列島</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>全員が台の上に協力して乗る。全員が乗ったままの状態、10数えるとクリアになる。</p> </div> <p>③危険物処理班</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>体育館に設置した白いサークルの中に入らないで、ひもだけを使い箱の中の爆弾（ピンポン球）をもう一方の箱（安全装置）に入れ替える。玉をこぼすと爆発と見なし、やり直しになる。</p> </div> <p>④新幹線ゲーム</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>竹をレールに見立て、ピンポン球やビー玉（新幹線）を駅（バケツ）まで運び、脱線するとやり直しになる。基本的にレール同士はくっつけてはいけない。また、玉をバックさせたり指で止めたりしてはいけない。</p> </div> <p>⑤ナビゲーション</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>一人が真ん中に立ち、残りの全員が目隠しをして手をつなぎ、丸く囲む。真ん中の目隠しをしていない人が案内役となって指示を出し、決められた場所まで移動する。</p> </div>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり ・借用物品を返却

6 実施上の留意点

- ・課題の目的やルールについて把握しておく。
- ・グループ内で課題に取り組む過程が重要なので、ポイント担当者は行き過ぎた助言などは、しないようにする。
- ・グループのレベルに合わせた内容の課題で行う。

7 安全に実施するためのポイント

- ・ストレッチなど準備運動をしてから行う。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- ・「ナビゲーション」では、目隠しをしての活動となる。極度に不安を感じる参加者に対しては無理に実施させない。眼鏡をかけている参加者は、破損を防ぐため必ず外して活動する。



ぼんじゅ室内ペタンク

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ニュースポーツの楽しさを味わうことができます。
- ルールを守り、グループで活動することで交流を深めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育など 中学校：保健体育など

【組合せ可能な活動プログラム】 野外活動など

2 活動の概要

年齢を問わず、誰もが手軽に楽しめる軽スポーツで、チームとの一体感も味わえます。ピュット（目標玉）に対して、いかに多く自チームのボールを近づけられるかを競う活動です。



(1) 人数 80人以内

※自然の家体育館で一度に実施できるのは40人程度のため、
他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

＜活動の様子＞

(2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生

(3) 期間 通年

(4) 時間 1～2時間（説明20分+活動40～100分）

(5) 場所 体育館、研修室1・2

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



3 準備物

団体	救急薬品
個人	運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、「競技方法とルール」用紙、スコアシート、クリップボード 室内ペタンク用具一式（1セット12人、5セットまで貸出し可）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者 （記録係）	数名。子どもたちの活動を支援し、得点及び勝敗を決定し記録する。勝敗が目測で不可能な場合は、計測紐を使用する。 また、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理について説明 ・各グループに活動順番について説明 ・鉛筆、スコアシート、「競技方法とルール」用紙、クリップボード、用具一式の貸出、配付
活 動	<p>ペタンク競技の進め方（記録係は、1試合毎に得点を記録）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 ゲーム人数は、各チーム6個のボールを使用することを基本とするため、6人以下となるよう編成する。 2 ボールの握り方と投げ方 <ul style="list-style-type: none"> ・ボールを包み込むように軽く握り、そのまま手の平を下に向ける。 ・ボールを握った手を後方に引いて、その後、振り子のように前方に振り出し、その弾みを利用して投げる。  3 ゲームの進め方 <ol style="list-style-type: none"> ①ジャンケンで勝ったAチームの1人がスタート地点となる所にサークルを置き、そこから標的となるピュット（目標玉）を6m～10m程度の距離に投げる。 ②ABそれぞれのチームの1人目が、第1球目のボールをできるだけピュットの近くに止まるように投げる。 ③2球目は、まずはピュットから遠い所にボールがあるチームが投げる。 <ul style="list-style-type: none"> ・次からは、常にピュットから遠い位置にあるチームがボールを投げ続けることとなる。 ☆投げたボールが、味方のボールを押して、ピュットに一番近くなる逆転もある。 ☆投げたボールが、ピュットに当たり、ピュットが移動する逆転もある。 ④両チーム、全部のボール（12個）が投げ終わった時点で1試合終了、得点を数える。 4 勝敗と得点の数え方 <ul style="list-style-type: none"> ・ボールをピュットに一番近く配置させたチームの勝ち。 ・得点は負けたチームのボールの中で、ピュットに一番近いボールからピュットを結んだ直線を半径とする円内にある勝ちチームのボールの数が点数となる。  <div data-bbox="1101 1299 1388 1478" style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> <p>左の場合、緑ボールがピュットに一番近い ため勝利。</p> </div> <div data-bbox="718 1478 1037 1568" style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <p>緑チームが「2点」とりました。 ※赤チームは点は取れません。</p> </div>
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> ・スコアシートの回収、集計、順位の発表 ・ふりかえり ・借用物品を返却 <p>※室内ペタンク用具一式（レッド球6、グリーン球6、ピュット1、サークル1、計測ひも）がケースに収納されているかを確認。</p>

6 実施上の留意点

- ・ルールについて把握しておく。
- ・競技するスペースを十分に確保し、隣接している競技者の安全にも注意を払う。
- ・簡素化した実施方法もある。詳細は職員に問い合わせる。

7 安全に実施するためのポイント

- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- ・ストレッチなど準備運動をしてから行う。



ぼんチャレンジピック

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・グループで取り組むことによって仲間意識を高めることができます。
- ・グループ内でのコミュニケーションを深め、協力する態度を養うことができます。
- ・各種目を楽しみながら、よろこびや満足感を味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：学級活動など 中学校：学級活動など

【組合せ可能な活動プログラム】 野外活動など

2 活動の概要

ぼんチャレンジピックとは、性別、年齢、運動技能に関係なく、手軽に各種目を楽しみながら誰でも高得点を狙えるチャンスがある活動です。10種目の通常編のほか、初級編や上級編もありますので、活動する者の発達段階等を考慮し、種目を組み合わせて行うことが可能です。種目の詳しい内容等は、別紙指導資料をご覧ください。

(1) 人数 160人以内

※一度に実施できるのは、80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

(2) 対象 制限なし

(3) 期間 通年

(4) 時間 2～3時間（説明20分+活動100～160分）

(5) 場所 体育館、研修室1・2

(6) 経費 無料

(7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<洗面器松ぼっくり投げ>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、ビブス、チーム記録カード、クリップボード、用具一式、新記録カード

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
種目担当者	実施種目数に応じて数名。各種目の記録確認、計時、安全管理と活動支援を行う。

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール、安全管理について説明 ・各グループに活動順番について説明 ・鉛筆、ピブス、チーム記録カード、用具一式の貸出、配付
活 動	<ul style="list-style-type: none"> ・種目担当者は、各用具の準備及び設置を行う。 ・活動順番に従って同時にスタート。（種目ごとの制限時間を設ける） ・以下の種目から実施したい種目を組み合わせて行うことが可能です。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>【通常編】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ペットボウリング ②空きカンつみ ③洗面器松ぼっくり投げ ④あずき皿うつし ⑤CDこま回し ⑥かさバランス ⑦紙ちぎりのばし ⑧そろ目出し ⑨キャップ積みバランス ⑩鉛筆たて </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>【初級編】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① ばっくんボール ② ジャンボサイコロ ③ お玉でピンポン ④ ミニわなげ ⑤ スリッパとばし </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%; margin-top: 20px;"> <p>【上級編】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① トランプタワー ② フラフープ回し ③ ピンポンバスケット ④ けん玉 ⑤ うちわでティッシュ </div>
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> ・得点結果をチーム記録カードに書き込む。 ・ふりかえり（各チームの合計得点の発表） ・各グループでの最高得点者や、各種目での最高得点者などをみんなで称える。 ・借用物品を返却

6 実施上の留意点

- ・各種目のルールについて把握しておく。
- ・グループ内で各種目に取り組む過程が重要なので、種目担当者は行き過ぎた助言等はしないようにする。

7 安全に実施するためのポイント

- ・ストレッチなど準備運動をしてから行う。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）



<キャップ積みバランス>



<かさバランス>



キャンドルサービス

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・ろうそくの火を見つめながら、自分や仲間との関係を見つめ直すことができます。
- ・仲間とともに歌・踊り・ゲームなどに取り組み、協力や友愛の精神を高めることができます。

【教科への対応】 小学校：学級活動など 中学校：学級活動など

【組合せ可能な活動プログラム】 ぐるぐる火起こしなど

2 活動の概要

キャンドルの火を囲み、儀式、歌、踊り等を行います。プログラムは団体の実情に応じて様々にアレンジを加えることができます。ゲームやスタンプなど各グループで考えた出し物を組み込むことにより、仲間との協力や親睦を深める活動です。



<活動の様子>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校3年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 1～1.5時間
- (5)場所 体育館、研修室1・2（30名以下）
- (6)経費 10円/ろうそく小1本
40円/ろうそく大1本
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品、スタンプやゲームに使用するもの
個人	特になし
自然の家	燭台大（体育館用）、燭台小（研修室用）、ろうそくホルダー（個人用）、ろうそく（女神用、営火長用、付き人用、班長用、個人用）、衣装（女神、付き人） バケツ水

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。活動全体の総括、指揮、連絡にあたる。
用具担当者	1～2名。自然の家から貸し出す用具類の管理を行う。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

※実施上の役割（例）

役割名	活動内容	備考
営火長	・団体を代表する人で「火の話」を担当する。	・1名(引率者が望ましい)
司会者	・プログラム全体の進行を行う。	・1～2名
ファイヤーキーパー	・ろうそくの火を管理する。	・1～4名
女神・付き人	・親火をはこぶ。	・女神・付き人1～3名
ソングリーダー	・すべての歌をリードする。	・1～4名

5 活動の流れ（例）

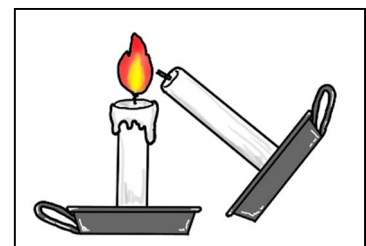
内 容																	
説 明	団体の指導者が、児童・生徒等に対して、プログラムの流れや留意点の説明、安全指導等を行う。																
活 動	<p>〈第1部〉儀式の火（約20分）～おごそかに（静）～</p> <table border="1"> <tr> <td>入場・整列</td> <td>・入場時に入口でろうそくを渡す。</td> </tr> <tr> <td>はじめの歌</td> <td>・「遠き山に日は落ちて」を歌う。（歌→ハミング）</td> </tr> <tr> <td>女神入場</td> <td>・歌の途中で入場し、所定の位置（営火長の前）につく。</td> </tr> <tr> <td>営火長のことば</td> <td>・聖火を受け取り火の話をする。</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">誓いの火点灯</td> <td>・各班長は、その場から一歩前に出る。</td> </tr> <tr> <td>・営火長は、各班長に点火する。</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">献 灯</td> <td>・班長は誓いの火を仲間に点火する。</td> </tr> <tr> <td>・営火長、女神、付き人の次に班ごとに中央の燭台を囲み、班長の献詞（誓いのことば）で一斉に献灯する。</td> </tr> <tr> <td>夜 の 歌</td> <td>・全員の献灯が終了すると同時に「一日の終わり」を歌う。（1番の歌詞→ハミング）</td> </tr> </table> <p>※歌の終了とともに司会者は第1部の終了と第2部の始まりを告げる。</p>	入場・整列	・入場時に入口でろうそくを渡す。	はじめの歌	・「遠き山に日は落ちて」を歌う。（歌→ハミング）	女神入場	・歌の途中で入場し、所定の位置（営火長の前）につく。	営火長のことば	・聖火を受け取り火の話をする。	誓いの火点灯	・各班長は、その場から一歩前に出る。	・営火長は、各班長に点火する。	献 灯	・班長は誓いの火を仲間に点火する。	・営火長、女神、付き人の次に班ごとに中央の燭台を囲み、班長の献詞（誓いのことば）で一斉に献灯する。	夜 の 歌	・全員の献灯が終了すると同時に「一日の終わり」を歌う。（1番の歌詞→ハミング）
	入場・整列	・入場時に入口でろうそくを渡す。															
はじめの歌	・「遠き山に日は落ちて」を歌う。（歌→ハミング）																
女神入場	・歌の途中で入場し、所定の位置（営火長の前）につく。																
営火長のことば	・聖火を受け取り火の話をする。																
誓いの火点灯	・各班長は、その場から一歩前に出る。																
	・営火長は、各班長に点火する。																
献 灯	・班長は誓いの火を仲間に点火する。																
	・営火長、女神、付き人の次に班ごとに中央の燭台を囲み、班長の献詞（誓いのことば）で一斉に献灯する。																
夜 の 歌	・全員の献灯が終了すると同時に「一日の終わり」を歌う。（1番の歌詞→ハミング）																
	<p>〈会場図〉</p>																
	<p>〈第2部〉親睦の火（約55分）～楽しく元気よく（動）～</p> <table border="1"> <tr> <td>【体育館の場合】</td> <td>【研修室1・2の場合】</td> </tr> <tr> <td>★歌・ダンス・ゲームなどで盛り上がる</td> <td>★歌・ダンス・ゲームなどで盛り上がる</td> </tr> <tr> <td>（歌）ノリのよい体を動かせるような曲など</td> <td>（歌）ノリのよい手拍子などができる曲など</td> </tr> <tr> <td>（ダンス）フォークダンスなど</td> <td>（ダンス）その場で手や足を動かせるようなもの</td> </tr> <tr> <td>（ゲーム）「進化ゲーム」など体を動かせるもの</td> <td>（ゲーム）「いすとりゲーム」など動きが最小限のもの</td> </tr> </table>	【体育館の場合】	【研修室1・2の場合】	★歌・ダンス・ゲームなどで盛り上がる	★歌・ダンス・ゲームなどで盛り上がる	（歌）ノリのよい体を動かせるような曲など	（歌）ノリのよい手拍子などができる曲など	（ダンス）フォークダンスなど	（ダンス）その場で手や足を動かせるようなもの	（ゲーム）「進化ゲーム」など体を動かせるもの	（ゲーム）「いすとりゲーム」など動きが最小限のもの						
【体育館の場合】	【研修室1・2の場合】																
★歌・ダンス・ゲームなどで盛り上がる	★歌・ダンス・ゲームなどで盛り上がる																
（歌）ノリのよい体を動かせるような曲など	（歌）ノリのよい手拍子などができる曲など																
（ダンス）フォークダンスなど	（ダンス）その場で手や足を動かせるようなもの																
（ゲーム）「進化ゲーム」など体を動かせるもの	（ゲーム）「いすとりゲーム」など動きが最小限のもの																
	<p>〈第3部〉儀式の火（約15分）～おごそかに（静）～</p> <table border="1"> <tr> <td>おわりの歌</td> <td>・女神は付き人とともに衣装を整え、親火をもって所定の場所に立つ。</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">児童・生徒の</td> <td>・「一日の終わり」を歌う。（2番の歌詞→ハミング（静かな雰囲気））</td> </tr> <tr> <td>・児童生徒の感想（自分の場所から2歩前を出て）</td> </tr> <tr> <td>別れの歌</td> <td>・「校歌」「今日の日をさようなら」など歌う。（思いを込めて）</td> </tr> <tr> <td>営火長のことば</td> <td>・親火を受け取り火の話をする。</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">誓いの火消灯</td> <td>・営火長のお話のあと班長は一斉に燭台へ進み自分のろうそくを持ち帰る。</td> </tr> <tr> <td>・ファイヤーキーパーは燭台の火を静かに消していく。</td> </tr> <tr> <td>退 場</td> <td>・営火長、女神、付き人、各班の順で退場する。</td> </tr> </table>	おわりの歌	・女神は付き人とともに衣装を整え、親火をもって所定の場所に立つ。	児童・生徒の	・「一日の終わり」を歌う。（2番の歌詞→ハミング（静かな雰囲気））	・児童生徒の感想（自分の場所から2歩前を出て）	別れの歌	・「校歌」「今日の日をさようなら」など歌う。（思いを込めて）	営火長のことば	・親火を受け取り火の話をする。	誓いの火消灯	・営火長のお話のあと班長は一斉に燭台へ進み自分のろうそくを持ち帰る。	・ファイヤーキーパーは燭台の火を静かに消していく。	退 場	・営火長、女神、付き人、各班の順で退場する。		
おわりの歌	・女神は付き人とともに衣装を整え、親火をもって所定の場所に立つ。																
児童・生徒の	・「一日の終わり」を歌う。（2番の歌詞→ハミング（静かな雰囲気））																
	・児童生徒の感想（自分の場所から2歩前を出て）																
別れの歌	・「校歌」「今日の日をさようなら」など歌う。（思いを込めて）																
営火長のことば	・親火を受け取り火の話をする。																
誓いの火消灯	・営火長のお話のあと班長は一斉に燭台へ進み自分のろうそくを持ち帰る。																
	・ファイヤーキーパーは燭台の火を静かに消していく。																
退 場	・営火長、女神、付き人、各班の順で退場する。																
終了後	<table border="1"> <tr> <td>あとしまつ</td> <td>・会場の清掃</td> <td>・ろうそくの回収</td> <td>・燭台のあとしまつ</td> </tr> </table>	あとしまつ	・会場の清掃	・ろうそくの回収	・燭台のあとしまつ												
あとしまつ	・会場の清掃	・ろうそくの回収	・燭台のあとしまつ														

6 実施上の留意点

- ・引率指導者と自然の家職員とで会場準備について事前打合せをする。
- ・児童生徒の役割を事前に決めておく。

7 安全に実施するためのポイント

- ・ろうそくの火を移すときは、火の付いていないろうそくを傾けて火を移す。
- ・献灯するときは、燭台の中央からろうそくを置く。
- ・燭台の近くに火傷防止用のバケツ水（1～4個）を置く。
- ・燭台の周囲で走り回ったりしないように注意する。
- ・30分に1回は換気をする（特に研修室）。



〈火のもらい方〉

8 資料へのリンク

キャンドルサービスの詳しい資料は、ホームページのトップページ「活動プログラム一覧」バナーから入り、「野外活動プログラム」「キャンドルサービス」の項からリンクがある。



焼板工作

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・活動の思い出となる手づくりのクラフトを作り上げることができます。
- ・火を使う活動を行うことにより、火の特性など学ぶことができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：美術、技術・家庭など

【組合せ可能な活動プログラム】 ぐるぐる火起こしなど

2 活動の概要

杉板材を焚き火で焼き上げ、たわしで磨き、オリジナルな木工品を作る活動です。布で更に磨いた後、絵の具で文字や絵を描き、思い出の作品に仕上げます。

- (1) 人数 【キャンプセンター】120人以内
【自然の家体育館横】60人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 4月～11月
- (4) 時間 2～3時間（説明30分+活動90～150分）
※焼板のみ（絵付けなし）は1.5時間程度
- (5) 場所 キャンプセンター、自然の家体育館横
- (6) 経費 250円／1作品
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗拭きタオル、軍手、布きれ、作品を入れるビニール袋、汚れてもいい服装、マスク
自然の家	材 料：杉板、ヒートン（2個）、ひも、アクリル絵の具 用 具：火ばさみ、亀の子たわし、絵筆、筆洗いバケツ、パレット、パレット洗いたわし、キリ、ゴミ箱 ※バーベキューコンロ（体育館横のみ） その他：薪、着火剤、マッチ又はライター、バケツ水

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
火の管理・活動支援者	【キャンプセンター】数名。かまどの火の管理及び製作補助・かまどの清掃を行う。 【自然の家体育館横】数名。バーベキューコンロの火の管理及び製作補助を行う。
スス落とし担当者	数名。亀の子たわしを使ってのススの落とし方を指導・支援する。 ※ススのおとし具合をチェックする。
用具担当者	1～2名。用具の配付、管理及び製作補助を行う。

5 活動の流れ

	内 容	
説明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明 服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手・汗ふきタオル）について説明 	
活動	<p>【キャンプセンター】</p> <p>① かまどで杉板を焼く。 表裏面・側面まで焼き上がったら火ばさみではさんで、キャンプ場まで移動する。</p> <p>② たわしで木目にそってこすり、キャンプ場でススをおとす。 ※側面や板のくぼみもいねいにこする。</p> <p>③ 古布でみがいてつやを出す。</p> <p>④ ヒートンをつける。 ※板にヒートンが入らないときは、錐で小さく穴を開ける。</p> <p>⑤ ひもをつける。 ひもをヒートンの穴に通して、両端を2本まとめて玉結びする。 ※絵付けなしの場合はここまでで完成。後片付けをする。</p> <p>⑥ アクリル絵の具で絵や文字をかく。 ※アクリル絵の具は水でうすめず、使用する。</p>	<p>【自然の家体育館横】</p> <p>① バーベキューコンロで杉板を焼く。 表裏面、側面まで焼き上がったら火ばさみではさんで、流し台まで移動する。</p> <p>② たわしで木目にそってこすり、流し台でススをおとす。 ※側面や板のくぼみもいねいにこする。</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ 絵筆やパレット等は絵の具を落とし、水気をふき取って返却する。 	

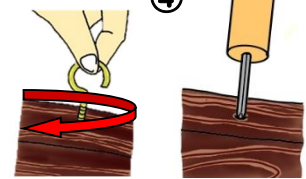
①



②



④



6 実施上の留意点

- 活動時間の設定は移動時間を加味した余裕のあるものとする。
（自然の家からキャンプセンターまで徒歩約10分）
- 自然の家体育館横で実施した際は、流し場にあるススを水で流してきれいにする。
- 出前講座等で、小学校低・中学年が実施する場合は大人がつくことが望ましい。

7 安全に実施するためのポイント

- 火を使う活動では、化学繊維やナイロン製品を着用している場合、火の粉により穴が開く可能性があるため、着衣やズック等を検討する必要がある。
- 火や焼けた板を扱うときは、やけど防止のため、肌を露出しないように注意する。
（長袖・長ズボン・帽子・軍手・汗ふきタオルの着用など。）
- やけど防止用のバケツ水を用意する。
- 移動時は「焼板通ります。」と周囲に声がけし、やけどを防止する。
- かまどの周りに用具や薪を散乱させておかないように注意する。





森のストラップ

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 自然物を使ってオリジナル作品を作ること、自然に親しむことができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：美術、技術・家庭など

2 活動の概要

自然の素材であるどんぐりや木の輪切り、松ぼっくり等を材料に、独自のストラップを作る活動です。



<作品例>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 1～1.5時間（説明20分+活動40～70分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 50円/1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	軍手、小枝や松ぼっくりなどの木の实
自然の家	材料：木の輪切り、ヒートン（3個まで/1人）、ビーズ（6個まで/1人） ストラップ、カラーゴムひも（20cmまで/1人） 用具：カッターナイフ、油性ペン、ラジオペンチ、木工用ボンド、ニードル 修正ペン、ネームペン（細）、作業板

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<製作の様子>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>① 自然物でどのようなストラップを作るかイメージする。</p> <p>② 輪切り、梅枝、ドングリ、ビーズで装飾用パーツを作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 輪切り：木の皮の部分にヒートンを取り付ける。 マジックなどで字や絵を描いてもよい。 松ぼっくり：上部にヒートンを取り付ける。 ※ニードルでヒートンを取り付ける場所に、軽く穴を開ける。 あまり奥まで穴をあけると、ヒートンのねじ径より穴が大きくなり、固定できないので慎重に作業する。 ドングリ：平たい面にヒートンを取り付ける。マジックや修正液で字や絵を描いてもよい。 ※ドングリは皮がやわらかく割れやすいので、穴をあけた後ヒートンを刺す前に、木工用ボンドを注入する。 ボンドが乾くまではヒートンを動かさない。 梅枝：適当な長さに切り、カッターで皮を削り、字や絵を描く。 ビーズ：カラーゴムひもを通し、上端をむすんで止める。 下端にヒートンを付けた自然物を通してよい。 ※ゴムひもを通しにくいときは細いワイヤーにひもを挟み、ワイヤーごとビーズの穴に通す。 <p>③ ストラップの金具に、装飾用パーツを付けて完成。</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ



＜輪切り＞

＜松ぼっくり＞

＜ドングリ＞

＜梅枝＞

＜ビーズ＞

6 安全に実施するためのポイント

- けが防止のため、なるべく軍手をつけて作業する。
- 刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。
- 用具を散乱させておかないように注意する。



えんぴつストラップ

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 活動の思い出となる手づくりの記念品を作り上げることができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：美術、技術・家庭など

2 活動の概要

活動エリア内で採取した北限の梅枝を使って、3色の色鉛筆風ストラップを作る活動です。



<作品例>

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 1時間（説明10分+活動50分）
- (5) 場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6) 経費 50円／1作品
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	軍手
自然の家	材料：梅枝、ヒートン（3個／1人）、ストラップ、リング 用具：剪定ばさみ、カッターナイフ、ポスターカラー細ペン、油性ペン、作業板

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<製作の様子>

5 活動の流れ

	内 容	
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・参考作品を提示しながら、作り方について説明 ・用具の使い方と安全について説明 	
活 動	<p>① 梅枝を剪定ばさみで好みの長さに3本切る。 (10cm以内にする。)</p> <p>② それぞれの先端を、カッターナイフを使って鉛筆を削るように削る。 ・きれいに先端をとがらせてもよいし、ザクザクと、なたで削るように仕上げてもよい。</p> <p>③ それぞれ、先端部と上部にポスターカラー細ペンか油性ペンで好みの色をつける。</p> <p style="text-align: center;">先 端 上 部</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p>・色つけは、色鉛筆の芯のように仕上げる。</p> <p>④ ヒートンをつけ、リングとおしてストラップに取り付け完成。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リュックサックなどに付けると、よりアウトドアの雰囲気が出る。 	   
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・感想発表や友達の作品の鑑賞 ・用具の返却と後片づけ 	

6 安全に実施するためのポイント

- ・けが防止のため、なるべく軍手をつけて作業する。
- ・刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。
- ・低、中学年が実施する場合は大人がつくことが望ましい。



竹のしおり

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 竹の特徴を生かしながら加工し、美しく仕上げることで創作する喜びを味わうことができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 中学校：美術、技術・家庭など

2 活動の概要

小刀などを使い、竹材を繊維に沿って、薄く加工します。
紙やすりで滑らかに仕上げ、表面に言葉や絵を添えて、オリジナルのしおりを作る活動です。



<作品例>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 1.5時間（説明15分+活動75分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 50円/1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

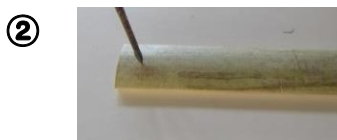
団体	救急薬品
個人	軍手
自然の家	材料：真竹、刺繍糸 用具：のこぎり、小刀、クラフトナイフ、かなづち、錐、紙やすり、ホビーカンナ、作業板、細ペン

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>① のこぎりや金づち、小刀を用い、真竹の端材から、長さ15cm程度、幅15mm程度に切り出す。 ※すでに切り出し済みの部材を使用する場合は①は省略してよい。</p> <p>② 錐でひもを通す穴をあける。</p> <p>③ 全体が2mm以下になるよう小刀やホビーカンナで、薄く削る。 ・竹の表皮側よりも内側（白い部分）のほうが削りやすい</p> <p>④ 紙やすり（40番手：粗目）で削る。 ・紙やすりは角材に巻き付けて使用することで、表面を平らに仕上げることができる。 ・同じ方向だけでなく、いろんな方向で紙やすりをかけると、作業がはかどる。</p> <p>⑤ さらに紙やすり（120番手：中目）で表面を滑らかに仕上げる。</p> <p>⑥ 刺繍糸を通し、細ペンなどで表面に言葉や絵をかいて完成</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ



カンナの刃には直接触れないこと！



6 安全に実施するためのポイント

- けが防止のため、軍手をつけて作業する。
- 刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。
- 用具を散乱させておかないように注意する。



ぼんじゅ竹灯籠（たけどうろう）

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 竹材を加工しながら、実用的なオブジェを作る楽しさを味わうことができます。
- ハンドドリル等、道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など
 中学校：美術、技術・家庭など



<作品例>

2 活動の概要

ハンドドリルを使って、真竹に大きささまざまな穴を自由にあけて作ります。中にろうそくを入れて灯すことにより、揺らめく炎の明かりの美しさを味わうことができます。

- (1) 人数 30人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 2時間（説明15分＋活動105分）
- (5) 場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6) 経費 120円／1作品
※ろうそくを購入する場合、別途10円かかります。
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<製作の様子>






3 準備物

団体	救急薬品
個人	軍手
自然の家	材料：真竹、穴あけ用型紙、ろうそく、ろうそく立て、粘土 用具：ハンドドリル、ボール盤、竹台 その他：バケツ水 ※火を灯して鑑賞する際

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>① 竹材と型紙を選ぶ。</p> <ul style="list-style-type: none"> 型紙をテープで貼り付ける。 <p>② ボール盤やハンドドリルで穴をあける。</p> <ul style="list-style-type: none"> 穴の種類は9ミリ、6ミリ、3ミリのドリルの刃があります。 ハンドドリルを使用するときは、しっかりと竹を台に固定して作業する。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p><ボール盤による穴あけ作業></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><ハンドドリルによる穴あけ作業></p> </div> </div> <p>③ ろうそく立てをセットして完成。</p> <ul style="list-style-type: none"> 竹の型紙をはがす。 竹の中に入れるろうそく立てを選び、ろうそくをセットする。 粘土を平らに伸ばし、竹の中に入れる。 ろうそく立てを竹の中に、まっすぐになるように入れる。 <p>※長い棒で、ろうそく立てを粘土に押し付けると動かなくなります。</p> <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;">  <p><ろうそく立て></p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;">  <p><完成例①></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><完成例②></p> </div> </div>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ

6 安全に実施するためのポイント

- けが防止のため、なるべく軍手をつけて作業する。
- 用具を散乱させておかないように注意する。
- 火を灯して鑑賞する際は、万が一に備えてバケツ水を用意し、その場から離れないようにする。



森からのプレゼント

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- ・活動の思い出となる手づくりの記念品を作り上げることができます。
- ・道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など
中学校：美術、技術・家庭など



<通常バージョン>

2 活動の概要

木の板に小枝や松ぼっくりなどの自然物を飾り付け、壁かけ等を作る活動です。通常バージョンの他に、梵珠で撮影した写真を即プリントアウトして写真を貼付する「フォトフレームバージョン」も作ることができます。

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 小学3年生～中学生・高校生
- (3) 期間 4月～11月
- (4) 時間 2～3時間（説明20分+活動100～160分）
- (5) 場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6) 経費 150円
※フォトフレームバージョンの場合、
写真の印刷1枚につき60円かかります
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。




3 準備物

団体	救急薬品、必要に応じてデジタルカメラ
個人	軍手、小枝や松ぼっくりなどの木の実、葉っぱなどの自然物、ビニール袋
自然の家	材料：A5版程度の板、松ぼっくり・枝等自然物数種類、木の輪切り（中学年用）、麻ひも、豆類（黒豆は5個／1人） ※フォトフレームの場合：専用写真用紙 用具：のこぎり、油性ペン、鉛筆、はさみ、木工用ボンド、両面テープ、剪定ばさみ、ピンセット、電動ドリル、紙やすり、作業板、枝切り用作業台 ※フォトフレームの場合：専用フォトプリンター

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	通常バージョン	フォトフレームバージョン
説明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明 	
活動	<ol style="list-style-type: none"> ① 自然物を採集する。 <ul style="list-style-type: none"> 材料になる枝や木の実などは、落ちてきているものだけを採集する。 ② 採集してきた自然物で何を作るかイメージする。 <ul style="list-style-type: none"> 板の上に自然物を配置し、イメージを膨らませる。 (例) ウサギ、昆虫、雪だるまなど自由に発想する。 木の輪切りは、各自がのこぎりで枝を1cm程度に切り出して用いる。 ③ ひもを通す穴をドリルであける。 <ul style="list-style-type: none"> ※ドリルは大人が扱う。 ④ 木工用ボンドで接着する。 <ul style="list-style-type: none"> どんぐりをくっつける時は、接着面を紙やすりで、削ると接着しやすい。 ※細かい部品の接着の際には、ピンセットを使う。 必要に応じて、枝を切ったりペンなどで彩色したり、文字等を書き込んだりする。 ⑤ ひもを通して完成。 	<ol style="list-style-type: none"> ① 自然物を採集する <ul style="list-style-type: none"> ※時間がない場合は、あらかじめ採集したものを使う。 ② 何を作るかイメージする。 ③ ひもを通す穴をドリルであける。 <ul style="list-style-type: none"> ※ドリルは大人が扱う。 ④ 写真を貼る <ul style="list-style-type: none"> 両面テープで貼る。 ※写真はあらかじめ、専用のフォトプリンターを使い、引率者がプリントしておく。(写真を貼る場所を空けて、後ほどプリントして貼ってもよい。)  <ol style="list-style-type: none"> ⑤ 写真の周りに自然物を接着する <ul style="list-style-type: none"> 木工用ボンドでくっつける。 フォトフレームなので、規則性のある模様や文字などを装飾してもよい。 ⑥ ひもを通して完成。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ 	

6 実施上の留意点

- 様々な自然物を収集しやすい秋季の実施が適している。
- 2種類の木工用ボンドを使用できる。



<ボトル>

<皿・ヘラ>

ボンドを皿に取り、ヘラで塗る。
(使用後の皿は水洗いして返却)

【改訂ポイント】
高学年以上は、木の輪切りを各自がのこぎりで切り出すようにした。

7 安全に実施するためのポイント

- 剪定ばさみ等でのけがを防止するため、なるべく軍手をつけて作業する。
- ホットボンドは必要に応じてコーナーを設置し、使用する。(事前の打ち合わせで要相談)



金山焼

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 活動の思い出となる手づくりの記念品を作り上げることができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：美術など

2 活動の概要

五所川原市金山地区で採れる良質の粘土を使った地域の陶芸「津軽金山焼」の製作を当施設で体験する活動です。



<作品例1>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校3年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 2～3時間（説明30分+活動90～150分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2
- (6)経費 550円／1作品(粘土300g)
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	特になし
自然の家	材料：粘土 用具：ブルーシート、乾燥箱、洗面器、ペニヤ板、テグス、弓、へら、ニードル 箸、スポンジ、雑巾、作業板

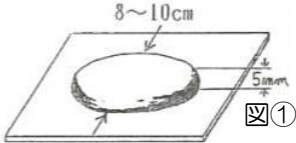

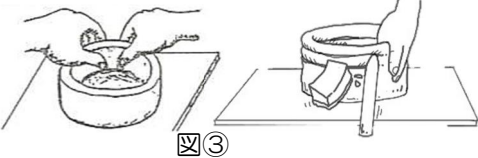
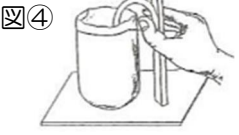
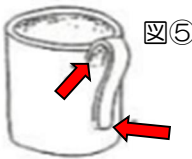
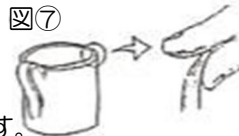
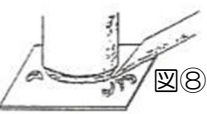
4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<作品例2>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 ※製作手順説明動画視聴 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>(例) マグカップを作る。</p> <ol style="list-style-type: none"> 作業ベニヤ板の上に、丸く平らに伸ばし底部を作る。 (厚さは5mm程度) 太さの一定なひも状の粘土を底部外周にのせ、一周させた後、よく密着させる。 ※好みの高さにまで、作業を繰り返す。 カップの形を整える。 <ul style="list-style-type: none"> 側面が広がらないようにする。 形を作るときは、1) 高さは15cm以内。 2) 大きさは作業板からはみ出ない。 3) 厚さは5mm以上(特に底面)とする。 表面に水をつけすぎない。 口の不ぞろいな部分を切り落とす。 <ul style="list-style-type: none"> 弓を固定し、作業板を回しながら切る。2人でやると上手くいく。 細長い粘土をつけ、「とって」にする。 <ul style="list-style-type: none"> マグカップ本体によく密着させ、一体となるようにする。 へらや箸、ニードルを使い模様をつける。 唇のあたる部分を指でつぶし、スポンジ等でなめらかにする。 底の余分な粘土をへらで削り取り、角を落とす。 作業板から取れないときは、テグスを使って作業板から切り離す。 底面にニードルで所属、氏名、製作月日を読みやすい字で書く。 (忘れずに!) 作品を乾燥箱に入れる。        <ul style="list-style-type: none"> 輪と輪のすき間は手やへら、少量の水をつけたスポンジでつぶす。 ベニヤ板を回転させると作業しやすい。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ

6 実施上の留意点

- 製作後、乾燥～焼き上がりで約3ヶ月程度かかる。
- 焼き上がった作品を金山焼店舗に直接受け取りに行くか、着払いで発送してもらうかを選択する。
- かたまり状の作品(球や人形)は、焼成時に破損する可能性が高いため製作できない。

7 安全に実施するためのポイント

- ニードルの扱いに十分気をつける。



動物マグネット

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 活動の思い出となる手づくりの記念品を作り上げることができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：美術、技術・家庭など

2 活動の概要

自然の木の实や小枝等を使い、掲示板や冷蔵庫などにくっつけられる動物のマグネットを作る活動です。



<作品例1>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 制限なし
- (3)期間 通年
- (4)時間 1～1.5時間（説明10分+活動50～80分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 50円／1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急用具
個人	軍手
自然の家	材料：木の輪切り（土台となる木）、マグネット、ぬいぐるみ用目玉、豆類 小枝やどんぐりなどの自然物 用具：木工用ボンド、はさみ、ピンセット、剪定ばさみ、紙やすり、作業板


4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<作品例2>

5 活動の流れ

	内 容	
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・参考作品を提示しながら、作り方について説明 ・用具の使い方と安全について説明 	
活 動	<p>① 木の輪切りのうら側にマグネットをくっつける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・木工用ボンドを使用する。 <p>② 目玉や自然物をつける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・木工用ボンドを使用する。 ・細かいパーツは、ピンセットを使う。 <p>※予め採取しておいた自然物を使ってもよい。 (どんぐりぼうし、木の实、小枝、葉っぱなど)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・木の輪切りの側面に接着する場合は、乾くまで木などをそえて固定し、動かないようにする。 <p>③ 完成</p>	  
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・感想発表や友達の作品の鑑賞 ・用具の返却と後片づけ 	

6 実施上の留意点

- ・2種類の木工用ボンドを使用できる。



<ボトル>

<皿・ヘラ>

ボンドを皿に取りヘラで塗る。
(使用後の皿は水洗いして返却)

7 安全に実施するためのポイント

- ・剪定ばさみ等でのけがを防止するため、なるべく軍手をつけて作業する。
- ・ホットボンドは必要に応じてコーナーを設置し、使用する。(事前の打ち合わせで要相談)



プラバンストラップ

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

• 自分だけのオリジナルな作品を作ること、創意工夫する喜びを味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作、生活など 中学校：美術、技術・家庭など

2 活動の概要

プラスチックの板に自分の好きな絵や文字を描き、オーブントースターで焼き上げて、ストラップを作ります。短時間で完成させることができ、その焼きあがる様子が大変おもしろい活動です。

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 制限なし
- (3)期間 通年
- (4)時間 1.5時間（説明15分+活動75分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 50円/1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	特になし
自然の家	材料：プラスチック板、ストラップ 用具：オーブントースター、タイル、ステンレス板、色鉛筆、油性ペン、はさみ 穴あけパンチ、ピンセット、軍手、作業板

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

<2種類の画材による焼き上がりの違い>



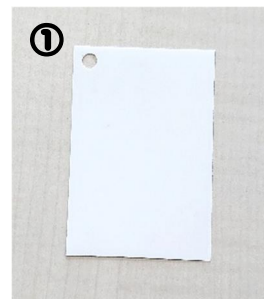
<油性マジックで色をぬったもの>



<色鉛筆で色をぬったもの>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>① プラスチック板に穴あけパンチで穴をあける。</p> <ul style="list-style-type: none"> 穴あけパンチで、穴をあける時は、端から3～5mm程度間隔をあける。 <p>② プラスチック板に油性ペンや色鉛筆で、文字や絵を描き、はさみで好きな形に切る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 穴の近くに絵や文字を描くようにする <p>③ ステンレス板にプラスチック板を乗せ、オーブントースターで焼く。</p> <ul style="list-style-type: none"> オーブントースターの中で、プラスチック板が変化の様子を観察する。 <p>④ プラスチック板が一旦クニャクニャになり、それが平らになったら、ステンレス板ごと取り出す。</p> <p>※プラスチック板は約1/4に縮む。</p> <p>⑤ オーブントースターから出したプラスチック板をタイルの平たい面に乗せ、軍手をはいて上からもタイルの平たい面で押さえる。</p> <p>⑥ ストラップを取り付けて完成。</p> <ul style="list-style-type: none"> ストラップの鍵がうまく入らない場合は、錐で穴の大きさを広げ調整する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ



6 安全に実施するためのポイント

- 児童生徒のやけど防止のため、オーブントースターへの出し入れは指導者が行う。
- 焼き上がった作品は、完全に冷めるまで直接手で触らない。



梵珠チャカポコけん玉

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 手づくりのものを使って遊ぶ楽しさを味わうことができます。
- 道具の安全な使い方を習得させることができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など
中学校：技術・家庭など

2 活動の概要

真竹を加工して剣と玉を作り、ひもで結んで遊ぶけん玉を作る活動です。

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 2時間（説明15分＋活動105分）
- (5) 場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6) 経費 200円／1作品
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

3 準備物

団 体	救急薬品
個 人	軍手
自然の家	材料：真竹、たこ糸 用具：のこぎり、のこ台、小刀、かなづち、キリ、作業板

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<製作の様子>



<完成品で遊ぶ様子>

5 活動の流れ

	内 容	
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、けん玉を実演し、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明 	
活 動	<p>① 竹の両端を切り落とす。 ・節の外側を切る。</p> <p>② 玉になる部分の竹をのこぎりで切りおとす。</p> <p>③ 剣になる部分に切り込みを入れる。</p> <p>④ 剣は竹を立てて、切り込みまで小刀とかなづちで割る。</p> <p>⑤ 剣先のまわりを小刀で削って細くする。</p> <p>⑥ キリで、たこ糸を通す穴を剣と玉にあける。</p> <p>⑦ たこ糸（約35cm）を穴に通して結ぶ。 ・玉、剣とも結び目は竹の内側に出す。</p> <p>⑧ 完成したけん玉で遊ぶ。</p>	<p>玉：竹の約1/3</p> <p>剣</p> <p>③ 1/2 1/2 切れ目はこのあたりで止める。 切り落とさない!</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ 	

6 安全に実施するためのポイント

- ・けが防止のため、なるべく軍手をつけて作業する。
- ・刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。
- ・用具を散乱させておかないように注意する。
- ・低、中学年が実施する場合は大人がつくことが望ましい。



ブンブンごま

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 手づくりのものを使って遊ぶ楽しさを味わうことができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：技術・家庭など

2 活動の概要

竹を素材として中央付近に穴を開け、ひもをつけて回す、ブンブンごまを作る活動です。

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 1時間（説明10分+活動50分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 無料
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>


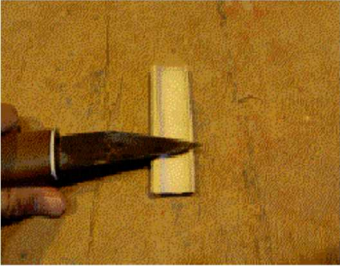


3 準備物

団 体	救急薬品
個 人	軍手
自然の家	材料：真竹、たこ糸 用具：鉛筆、のこぎり、小刀、かなづち、定規、キリ、油性ペン、紙やすり 作業板

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容	
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明 	
活 動	<p>① 3cm程度の幅で竹を切り出す。</p> <ul style="list-style-type: none"> 小刀を竹にあて、かなづちでたたくと一気に割れる。 <p>② 竹板の角を小刀で削り、形を整える。</p> <ul style="list-style-type: none"> かどを小刀や紙やすりで削り、丸みをつける。 <p>③ 竹板の中央にキリで2か所穴をあける。穴と穴の間隔は5mm程度。</p> <ul style="list-style-type: none"> 穴の位置が中心にあれば、滑らかに回るコマになる。 <p>④ 糸を通したら完成。</p> <ul style="list-style-type: none"> 油性ペン等で模様や色をつけてもよい。 <p>⑤ 完成したブンブンごまで遊ぶ。</p> <p>※竹の切れ端(竹の棒)を使って回すと、指が痛くならない。</p>	 ①  ②  ③  ④
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ 	

6 安全に実施するためのポイント

- けが防止のため、なるべく軍手をつけて作業する。
- 刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。
- 用具を散乱させておかないように注意する。
- 低、中学年が実施するときは大人がつくことが望ましい。



梵珠ブーメラン

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 手づくりのものを使って遊ぶ楽しさを味わうことができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：技術・家庭など

2 活動の概要

軽くてやわらかい発泡塩ビ板で作ったブーメランを作る活動です。投げると手もとにもどってくるので、室内でも安全に遊べるブーメランです。



<作品例>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 2時間（説明15分+活動105分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2（製作のみ）、キャンプセンター
- (6)経費 140円／1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	軍手
自然の家	材料：発泡塩ビ板、両面テープ 用具：はさみ、カッターナイフ、カッターマット、油性ペン、鉛筆、型紙、作業板

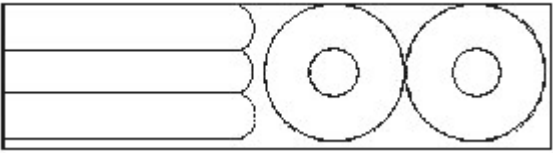
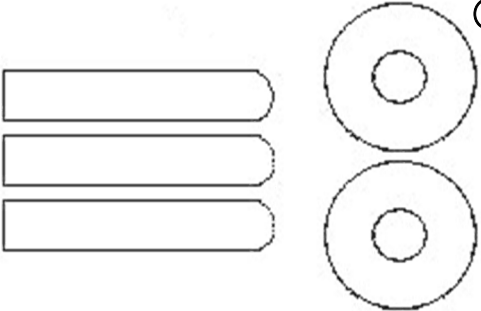
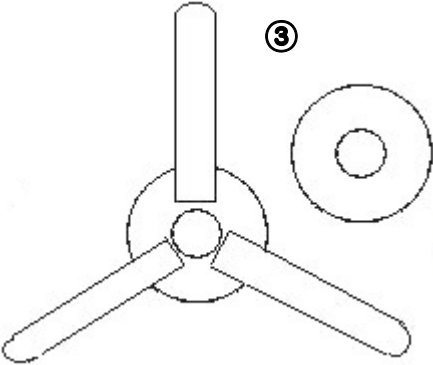
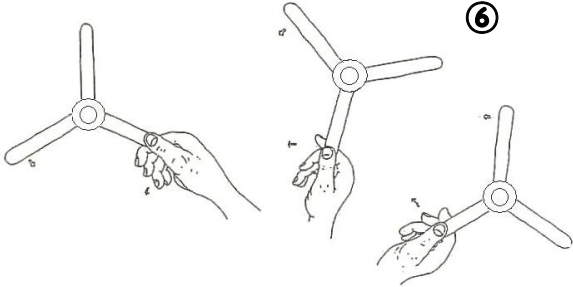
4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<翼の反りのようす>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> ・参考作品を提示しながら、飛ばし方を実演し、作り方について説明 ・用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>① 必要な大きさに型取りする。 (型紙を使用する) ・型紙を使い、型を写し取る。</p>  <p>② 翼と中心部分を切り取る。 ・はさみとカッターナイフで切り取る。 ・全ての型取りが終わってから、部品を切り取る。</p>  <p>③ 両面テープで貼り合わせ、組み立てる ・バランスを見ながら3枚の翼を一枚の中心部分に両面テープで貼る。 ・もう一枚の中心部分も貼り、翼をサンドイッチする。</p>  <p>④ 油性ペンで着色する。</p> <p>⑤ 翼にかかるく反りをつける。 (前ページ写真参照)</p> <p>⑥ 完成したブーメランで遊ぶ。</p>  <p>※飛ばし方(手首のスナップを利かせる。)</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・感想発表や友達の作品の鑑賞 ・用具の返却と後片づけ

6 安全に実施するためのポイント

- ・けが防止のため、なるべく軍手をつけて作業する。
- ・刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。
- ・室内で飛ばす場合、グループ毎に同じ方向を向いて投げ、ぶつかり合わないようにする。



ぼんじゅ独楽

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 手づくりのものを使って遊ぶ楽しさを味わうことができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など 中学校：技術・家庭、美術など

2 活動の概要

木材や自然物を素材としてオリジナルのこまを作ります。実際にこまを回して遊べるほか、丸材に文字やイラストを入れ、記念品として飾ることもできます。

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 小学校5年生～中学生・高校生
- (3)期間 通年
- (4)時間 1～1.5時間（説明10分＋活動50～80分）
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 60円／1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

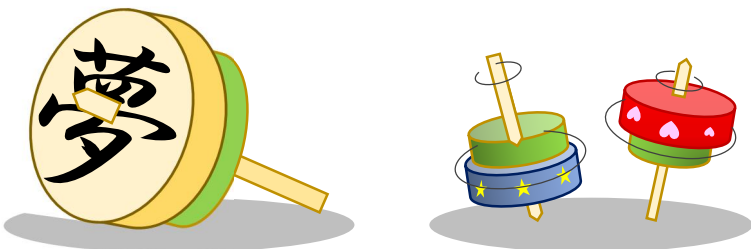
3 準備物

団体	救急薬品
個人	軍手
自然の家	材料：丸材、真竹の輪切り、わりばし 用具：紙やすり、カッターマット、三角定規（直角二等辺三角形）、鉛筆、木工用ボンド、剪定ばさみ、油性ペン、マスキングテープ、作業板、ボール盤（キリ、ドライバーでも可）

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら実演し、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>① 右図のように、カッターマットの目盛り線を利用して丸材を置き、三角定規を当てて線を2本引き、円の中心をとる。</p> <p>② ボール盤で丸材の中心に穴をあける。※ボール盤の代わりに、キリとドライバーを使ってよい。（けが防止のため軍手を着用する）</p> <p>③ 丸材に竹の輪切りとわりばしをボンドで接着し、しっかり固定する。わりばしは、右図のようによろそ A : B = 1 : 2 になるよう長さを調節し、余分な部分は剪定ばさみでカットする。</p> <p>④ 丸材や竹の輪切りのささくれ、わりばしの先端部分を紙やすりでこすってなめらかにする。</p> <p>⑤ 丸材の底に油性ペンで文字やイラストをかいたり、マスキングテープを貼ったりして、自分だけのオリジナルのこまを作ったら完成。こまを回して遊んでみよう。</p> <div style="text-align: center;">  </div>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ

6 安全に実施するためのポイント

- ボール盤を扱うときは、ドリルの刃で指や手を傷つけないように十分気をつける。
- 用具を散乱させておかないように注意する。



ぼんじゅひらひら^{たこ}凧

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 手づくりのものを使って遊ぶ楽しさを味わうことができます。
- 道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作など

2 活動の概要

簡単な凧の作り方でオリジナルデザインの凧を作ります。
小さくて軽い凧なので、ゆっくり走っても飛ばせます。



<作品例>

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 小学3年生以上
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 1時間～1.5時間（説明10分＋活動50～80分）
- (5) 場所 体育館、研修室1・2（製作のみ）、キャンプセンター
- (6) 経費 50円／1作品
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	特になし
自然の家	材 料：カラービニル袋、4つ切り画用紙、竹ひご（太さ3mm・長さ36cm）、 凧糸 用 具：はさみ、養生テープ、セロファンテープ、直定規（30cm）、油性ペン、 穴あけパンチ

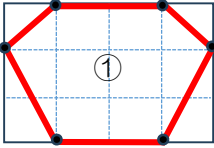
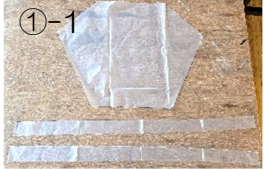
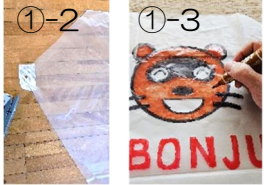




4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<活動の様子>

5 活動の流れ

	内 容
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら実演し、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明
活 動	<p>材 料</p> <ul style="list-style-type: none"> 【台紙】横3つ折り・縦4つ折りをして印をつけて線を引き、六角形に切った画用紙。 【竹ひご】36cmの竹ひご…2本 【たこ糸】1mのたこ糸…1本 凧あげ用の糸（2～3mくらい）…1本 【しっぽ】幅3cm長さ60cm以上のしっぽ…2本 （本体を作った後のカラービニル袋の切れ端から作る）  <p style="text-align: center;"><台紙></p> <p>① 本体を作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> カラービニル袋に台紙を重ね、線を引いて六角形に切る。 両端に養生テープを貼って、穴あけパンチで穴を開ける。 凧本体に好きな絵を描く。   <p>② 骨張りして、しっぽをつける。</p> <ul style="list-style-type: none"> 竹ひご2本が平行になるようにテープでつける。 竹ひごの下に、しっぽをつける。  <p>③ 糸付けをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 両端にある穴に1mのひもを結ぶ。 凧が半分に折るようにひもを引っ張って、ちょうどひもが真ん中になる部分を結んで輪を作る。   <p>④ 凧あげ糸をつける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ひもの輪に凧あげ糸をしっかり結びつけて完成。 
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ

6 実施上の留意点

- 作品を持ち帰ることを考慮し、各自で持ち帰る際には、ビニール袋等の準備が必要である。

7 安全に実施するためのポイント

- 用具を散乱させておかないように注意する。
- 凧で遊ぶ時は、ぶつからないように広い場所で行う。



まつぼっくりけんだま

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 身近な自然素材を生かし、手作りの遊び道具を作って遊ぶ楽しさを味わうことができます。
- 自分だけのオリジナル作品を作ることによって創意工夫する喜びを味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作、生活など

2 活動の概要

カップと毛糸、松ぼっくりを素材として手軽に作ってすぐに遊べるけんだまです。

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 幼児～小学2年生
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 0.5～1時間（説明5分+活動25～55分）
- (5) 場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6) 経費 50円／1作品
- (7) 指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<作品例>

3 準備物

団体	救急薬品
個人	特になし
自然の家	材料：松ぼっくり、紙コップ・プラカップ、毛糸（約60cm）、マスキングテープ、折り紙 用具：直定規（30cm）、はさみ、セロハンテープ、油性ペン、木工用ボンド、作業板

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<透明カップで作ったもの>



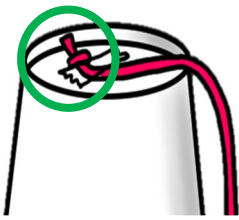
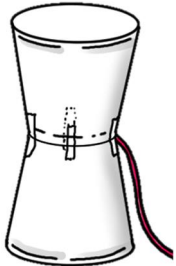


<紙カップで作ったもの>



<大小のカップを組み合わせで作ったもの>



5 活動の流れ

	内 容	
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら実演し、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明 	
活 動	<p>① 好きな色の毛糸を約60cm切り、1個のカップの底（外側）に毛糸の一方の端をセロハンテープで貼り付ける。貼り付ける方の端にむすび玉を作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> むすび玉はセロテープの外に出し、しっかり貼り付ける。 毛糸は直定規2つ分。 <p>② 2個のカップを底と底であわせ、セロハンテープを縦に2カ所貼り付けて固定する。</p> <ul style="list-style-type: none"> テープは向かい合わせになるように貼る。 <p>③ 毛糸のもう一方の端を松ぼっくりに巻き付け、結ぶ。余った毛糸は切る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 毛糸は2回程度本結びにする。大人がやってもよい。 <p>④ マスキングテープや折り紙、油性ペンでカップを装飾する。</p>	<p>① </p> <p>② </p> <p>③ </p> <p>④ </p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ 	

6 安全に実施するためのポイント

- ハサミやテープカッターを扱うときは、刃で指や手を傷つけないように十分気をつける。
- 用具を散乱させておかないように注意する。
- 遊ぶときは松ぼっくりでけがをしないよう、距離をとる。



バードコール

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 自然素材を使うことで自然に親しみながら、思い出となる記念品を作ることができます。
- 木材加工や装飾のための道具の安全な使い方を習得することができます。

【教科への対応】 小学校：図画工作、生活など 中学校：美術、技術・家庭など

2 活動の概要

スギ材に穴開け加工や彫刻刀などによる装飾を施し、バードコール(鳥をよせる道具)を作る活動です。



<作品例>

- (1)人数 160人以内
- (2)対象 制限なし
- (3)期間 通年
- (4)時間 1時間
- (5)場所 体育館、研修室1・2、キャンプセンター
- (6)経費 200円/1作品
- (7)指導 製作方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

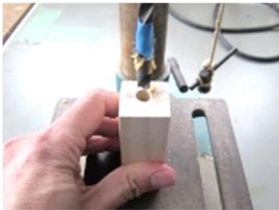




3 準備物

団 体	救急薬品
個 人	軍手
自然の家	材 料：アイボルト、スギ角材、カラーひも 道 具：ボール盤、彫刻刀、油性ペン、バーニングペン、作業板 マジックペン、紙やすり その他：バケツ水

4 引率者の役割分担

代表責任者	1名。全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。

5 活動の流れ

	内 容	
説 明	<ul style="list-style-type: none"> 参考作品を提示しながら、作り方について説明 用具の使い方と安全について説明 	
活 動	<p>① 卓上ボール盤でスギ材に穴を開ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> 左手で、しっかりとスギ材を押さえる。 ハンドル部を回し、目印までドリルを降下させる。 <p>② アイボルトを付け、音色を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 奥まで差し込み、ボルトを戻しながら一番音色のいいところを見極める。 <p>③ スギ材に装飾を施す。</p> <ul style="list-style-type: none"> マジックペンで絵や文字をかいたりする。 必要に応じて、やすりがけを行う。 バーニングペンで木材を焦がしながら文字や模様を描いてもよい。 彫刻刀で、凹凸をつけるなどの加工をしてもよい。 ※ バーニングペンや彫刻刀は高学年以上の使用が望ましい。 <p>④ ひもを付けて完成。</p> <p><ひもの付け方></p> <ul style="list-style-type: none"> ひもの両端を玉結びして止めた後、ヒバリ結びをする。 	  <p><アイボルト></p>   
	<p>野外に出て、完成させたバードコールを鳴らしてみる。</p>	
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表や友達の作品の鑑賞 用具の返却と後片づけ 	

6 安全に実施するためのポイント

- バーニングペンによるやけどや彫刻刀でのけがを防止するため、軍手をつけて作業する。
- ボール盤の扱いに十分気をつける。
- バーニングペンを使用するときは、やけど防止用のバケツ水を用意する。
- 刃物を扱うときは、刃の前に指や手を置かないように十分気をつける。



梵珠少年自然の家マスコットキャラクター
「梵珠太郎」

青森県立梵珠少年自然の家

〒037-0611 五所川原市大字神山字殊ノ峰 117-602

TEL : 0173-29-3303

FAX : 0173-29-3306